

Ljubljana, 9. oktober 2026

KULTURA: POT DO BLAGOSTANJA STAREJŠIH ODRASLIH

Zbornik povzetkov prispevkov s konference

Kultura: pot do blagostanja starejših odraslih

Ljubljana, 9. oktober 2026

Zbornik povzetkov prispevkov s konference

Urednici: Mojca Leskovec in Nina Tušek

Recenzenti: Marjeta Ciglencečki, Maruša Kosi, Meta Lah, Mojca Leskovec, Nives Ličen, Katja Mahnič, Tadej Meserko, Vlasta Novak Zabukovec, Polona Petek in Vesna Venišnik Peternelj

Programski odbor

Mojca Leskovec, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, predsednica

Marjeta Ciglencečki, Univerza v Mariboru, Center za zaslužne profesorje in upokojene visokošolske učitelje

Maruša Kosi, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta

Meta Lah, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta

Nives Ličen, Univerza v Ljubljani, Modra fakulteta

Katja Mahnič, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta

Tadej Meserko, Ministrstvo za kulturo Republike Slovenije

Vlasta Novak Zabukovec, Univerza v Ljubljani, Modra fakulteta

Polona Petek, Univerza v Ljubljani, Akademija za gledališče, radio, film in televizijo

Nina Tušek, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta

Vesna Venišnik Peternelj, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta

Prelom: Jure Preglau

Lektura: Rok Janežič (slovenščina) in Paul Steed (angleščina)

Avtorji umetniškega dela na naslovnici: Suzana Baar, Tadeja Gornik Škulj, Tatjana Keš, Simona Kozin Simič, Marija Krajnc Jukič, Božena Lojak, Metoda Pavlič, Karmen Švajger Savič, Janja Uršič, Marija Žagar in Nevenka Žagar

Založila: Založba Univerze v Ljubljani

Za založbo: Gregor Majdič, rektor Univerze v Ljubljani

Izdala: Znanstvena založba Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani

Za izdajatelja: Mojca Schlamberger Brezar, dekanja Filozofske fakultete

Ljubljana, 2026

Prva e-izdaja. Publikacija je v digitalni obliki prosto dostopna na <https://ebooks.uni-lj.si/ZalozbaUL>

DOI: 10.4312/9789612979089



Konferenco sofinancirata Ministrstvo za zdravje v okviru programa Krepitev duševnega zdravja starejših z glasbo, književnostjo in likovnim ustvarjanjem ter sklad ISF FF 2026 v okviru institucionalnega stebra financiranja.

Kataložni zapis o publikaciji (CIP) pripravili v Narodni in univerzitetni knjižnici v Ljubljani

COBISS.SI-ID 293783299

ISBN 978-961-297-908-9 (PDF)

KULTURA: POT DO BLAGOSTANJA STAREJŠIH ODRASLIH

Zbornik povzetkov prispevkov s konference

Ljubljana, 9. oktober 2026

Center za izobraževanje Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani in

Center za zaslužne profesorje in upokojene visokošolske učitelje Univerze v Mariboru

Kazalo

Uvod	6
POVZETKA PLENARNIH PREDAVANJ	
Vesna Švab: Pogostost, vzroki, značilnosti in obravnava duševnih motenj v starosti: stereotipi in dejstva	8
Mojca Leskovec, Nina Tušek: Umetniške intervencije kot priložnost za krepitev duševnega zdravja starejših	9
POVZETKI PRISPEVKOV KONFERENCE	
Barbara Baloh, Jurka Lepičnik Vodopivec: Od kulturnega k narativnemu kapitalu: vloga zgodb za blagostanje starejših odraslih	11
Darja Bolka: Bralne skupine za starejše v slovenskih splošnih knjižnicah	12
Nataša Braunsberger, Tjaša Debeljak Duranovič: Druženje z umetnostjo: programi Narodne galerije za starejše odrasle	13
Marjeta Ciglencečki: Likovna ustvarjalnost v obdobju visoke starosti: primeri slikarjev Jana Oeltjena in Franceta Miheliča ter fotografa Stojana Kerblerja	14
Tea Černe: Program Narodnega muzeja Slovenije za starejše odrasle	15
Peter Glavič: Pravila za dolgo zdravo življenje	16
Jasmina Godec: Glasovi med zidovi: participativna radijska igra kot umetniško-raziskovalna metoda za krepitev blagostanja starejših odraslih	17
Senka Hočevnar Ciuha: Od inkluzivne do nevroraznolike afirmativne umetniške prakse: psihološki in ustvarjalni razcvet nevroraznolikih starejših odraslih	18
Danijela Horvat Samardžija: Skupaj doživeti nekaj lepega: bralno-ustvarjalne delavnice kot orodje za izboljšanje kakovosti življenja oseb z demenco	19
Tilka Jamnik: Z izletom starejših do kulturnih vsebin – »Meduoške korenine lahkkih nog naokrog«	20
Ioana - Carmen Jieanu: Kultura kot vir dobrobiti starejših odraslih: vključevanje kulturnih izkušenj v poučevanje romunščine kot tujega jezika	21
Jurij Konjar, Sabrina Lever, Polona Torkar: Kultura in zdravje: umetniške prakse, socialno predpisovanje in skupnostni pristopi za blagostanje in kakovostno staranje	22
Meta Lah, Mojca Leskovec, Nina Tušek: Od jezika h kulturi: primer branja integralnega književnega dela na tečaju Modre fakultete Univerze v Ljubljani	23
Andreja Lavrič, Anja Dobrovč: Psihosocialni viri blagostanja starejših odraslih	24

Nives Ličen, Monika Govekar Okoliš: Sodelovalno zgodbarjenje: kolektivni spomin in blagostanje starejših	25
Alja Lipavic Oštir, Valerija Tominc: Kultura kot spodbuda za učenje tujih jezikov v tretjem življenjskem obdobju na primeru analize didaktičnega gradiva	26
Aleš Maver: <i>Odiseja</i> Christopherja Nolana kot film o odnosu med generacijami	27
Vlasta Novak Zabukovec: Vaje sproščanja in glasno branje – prispevek k duševnemu zdravju starejših v domovih	28
David Pučko, Staša Kolar: Diskurz demence kot izziv za dolgotrajno oskrbo LGBTQ+	29
Danijela Radjen: Kulturno-izobraževalne dejavnosti za blagostanje starejših odraslih – primer Univerze za tretje življenjsko obdobje Ljudske univerze Krško	30
Oto Rimele: Fenomen slikarske izkušnje starejših odraslih: zavest, nezavedno in transcendentna funkcija	31
Tomaž Simetinger: Ljubiteljska kultura kot dejavnik blagostanja in duševnega zdravja starejših odraslih: med sistemsko podporo in sodobnimi potrebami	32
Monika Šparl, Jolanda Ravnikar: Kultura kot prostor soustvarjanja blagostanja starejših odraslih: primer plesno-gledališke predstave <i>Nune pojejo</i> v Centru aktivnosti Fužine (CAF)	33
Verena Vidrih Perko: Pomen doživljanja lepote v procesih vseživljenjskega izobraževanja	34
Hana Vodeb: <i>Starci</i> : dokumentarno gledališče kot skupnostna praksa destigmatizacije staranja	35

UVOD

10. oktobra vsako leto obeležujemo svetovni dan duševnega zdravja, letošnjega z geslom *Zbrane izkušnje: resnični glasovi, resnična sprememba* (angl. *Lived experiences heard: real voices, real change*).¹ Kot ugotavlja Svetovna zdravstvena organizacija (SZO, 2026),² približno 15 % odraslih, starih 70 let in več, živi z duševno motnjo, pri čemer te pri osebah, starejših od 70 let, predstavljajo 6,8 % vseh let življenja z oviranostjo. Razlogi za duševne stiske starejših odraslih so različni: upad kognitivnih in telesnih zmogljivosti, nižji dohodki, večja verjetnost izgube bližnjega, socialna izključenost ipd. Tovrstne stiske slabšajo kakovost njihovega življenja, mnogi pa nimajo moči ali sredstev, da bi poiskali pomoč. Po podatkih nacionalnega programa duševnega zdravja MIRA³ je leta 2025 v Sloveniji delovalo 19 centrov duševnega zdravja, kamor so se lahko (starejši) odrasli obrnili po pomoč. SZO z letošnjo kampanjo ob svetovnem dnevu duševnega zdravja spodbuja, naj glasovi vseh z izkušnjami težav na področju duševnega zdravja vplivajo na spremembe v odločitvah politike in storitvah, ki so jim namenjene, te pa naj ne bodo le institucionalizirane.

V okviru razvoja Modre fakultete in vseživljenjskega učenja starejših odraslih na Filozofski fakulteti Univerze v Ljubljani letos že tretjič zapored pripravljamo konferenco, ki obravnava vlogo univerze v dolgoživi družbi ter aktualne vsebine, povezane s staranjem in starostjo. Letošnja konferenca *Kultura: pot do blagostanja starejših odraslih* poteka dan pred svetovnim dnevom duševnega zdravja ter v ospredje postavlja znanstvene in strokovne izsledke ter primere dobrih praks povezovanja kulture s poudarkom na umetnosti ter krepitve blagostanja in psihološke odpornosti starejših odraslih. Zаметki povezovanja umetnosti in duševnega zdravja v obliki socialne inovacije segajo že v 90. leta 20. stoletja s konceptom *umetnost na recept*,⁴ ki se je v Združenem kraljestvu razvil kot podporni dejavnost posamezniku, ki se sooča z duševno stisko. Po svetu so nato nastale različne diferenciacije te socialne inovacije s ciljem izboljšanja kakovosti življenja in duševnega zdravja različnih ciljnih skupin, tudi starejših odraslih. Center za izobraževanje Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani se je s pridobitvijo sredstev za program *Krepitev duševnega zdravja starejših z glasbo, književnostjo in likovnim ustvarjanjem*, ki ga sofinancira Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije, podal na pot oblikovanja modulov, ki izobraževalne in umetniške vsebine prepletajo s

ciljem krepitve duševnega zdravja starejših ter njegove destigmatizacije.

Naslovnico letošnjega zbornika povzetkov prispevkov konference simbolno krasi likovno delo *Za skupno mizo*, ki je v tehniki oblikovanja z žico nastalo kot skupinsko delo v programu sodelujočih starejših odraslih pod mentorstvom izr. prof. dr. Roberta Potočnika. Izhodišče ustvarjanja je bilo doživljanje skupne mize oziroma pojedine kot prostora srečevanja, odnosov in spominov. Udeleženci so najprej razmišljali o hrani, predmetih in ljudeh, ki jih povezujejo z druženjem ob mizi, nato pa je iz žice vsak oblikoval izbrani motiv – hrano, posodo, pribor, osebo ali drug predmet, povezan z osebnim spominom in doživljanjem skupnega obeda. Posamezne žične oblike so bile potem postopoma združene v skupno kompozicijo. Tako je iz individualnih prispevkov nastala skupna miza, v kateri se prepletajo različne zgodbe, izkušnje in asociacije. Rumena in rdeča žica na temni podlagi ustvarjata izrazit kontrast, prepletanje linij pa daje delu občutek živosti, povezanosti in dinamike. Nekateri motivi so jasno prepoznavni, drugi pa ostajajo odprti za različne interpretacije. Nastalo delo lahko razumemo tudi simbolno: miza ni le prostor prehranjevanja, temveč prostor bližine, pripadnosti, pogovora in skupnosti. Ob njej se lahko pojavijo prijetni spomini, pa tudi občutki osamljenosti, izgube ali težjih življenjskih izkušenj. Prav preplet posameznih žičnih oblik ponazarja, kako se osebne zgodbe srečujejo in povezujejo v skupno izkušnjo.

Na konferenci *Kultura: pot do blagostanja starejših odraslih* bomo za »skupno mizo« sedli znanstveniki, strokovnjaki in praktiki različnih strok s ciljem iskanja in soustvarjanja novih socialnih inovacij ter sistemskih rešitev, namenjenih krepitvi blagostanja starejših odraslih v Sloveniji. V nadaljevanju zbornika lahko preberete povzetke prispevkov, ki so obravnavali izzive duševnega zdravja, blagostanja in kakovostnega staranja skozi umetniško izražanje ter v okviru obiskov muzejev in galerij, skozi podajanje (med)kulturnih vsebin pri poučevanju tujih jezikov ter psihološki, sociološki, zdravstveni in antropološki pogled.

Bodimo (akademski) glas za tiste, ki niso slišani, bodimo gonilo sprememb za skupnost.

Mojca Leskovec, Robert Potočnik in Nina Tušek

1 Svetovna zdravstvena organizacija. (b.l.). *World mental health day 2026: Lived experiences heard: Real voices, real change*. <https://www.who.int/campaigns/world-mental-health-day/2026>

2 Svetovna zdravstvena organizacija. (20. 7. 2026). *Mental health of older adults*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>

3 Nacionalni inštitut za javno zdravje. (b.l.). *Centri za duševno zdravje*. Program MIRA. <https://www.zadusevnozdravje.si/kampo-pomoc/centri-za-dusevno-zdravje/>

4 Rigby, T. (2004). Selling social inclusion through the arts. *A Life in the Day* 8(3), 25–28. <https://doi.org/10.1108/13666282200400026>

POVZETKA PLENARNIH PREDAVANJ

Pogostost, vzroki, značilnosti in obravnava duševnih motenj v starosti: stereotipi in dejstva

Duševne motnje pri starejših so pomemben javnozdravstveni izziv zaradi njihove pogostosti, vpliva na kakovost življenja ter povezanosti s telesnimi boleznimi, funkcionalnim upadom in socialnimi dejavniki. Približno vsak sedmi, starejši od 60 let, živi z duševno motnjo, pri čemer so najpogostejše depresija, anksiozne motnje in demenca. Klinična slika se pri starejših pogosto razlikuje od mlajših odraslih, saj so v ospredju telesne težave, zmanjšana motivacija, socialni umik, kognitivne spremembe in funkcionalna oviranost, zato duševne motnje pogosto ostanejo neprepoznane. Med najpomembnejšimi dejavniki tveganja so kronične telesne bolezni, osamljenost, socialna izolacija, stigma, starizem, zlorabe in izguba pomembnih življenjskih vlog. Posebno pozornost je treba nameniti tudi zlorabam starejših, ki imajo resne in dolgotrajne posledice za duševno in telesno zdravje. Pregled sodobne literature poudarja, da imajo kultura, socialna vključenost in občutek življenjskega smisla pomembno zaščitno vlogo. Sodelovanje v kulturnih dejavnostih, medgeneracijsko povezovanje, prostovoljstvo ter aktivna vloga v skupnosti prispevajo k zmanjšanju tveganja za depresijo, kognitivni upad in krhkost ter izboljšujejo psihološko prilagodljivost, socialne odnose in subjektivno blagostanje. Učinkovita obravnava duševnih motenj v starosti zahteva integriran, interdisciplinaren in skupnostno usmerjen pristop, ki zagotavlja neprekinjeno podporo, zgodnje prepoznavanje težav ter spoštovanje pravic starejših do dostojanstva, avtonomije, izbire in socialne vključenosti. Za uspešno zdravo staranje je poleg zdravstvene obravnave nujno zmanjševanje starizma in stigme ter krepitev preventivnih programov, ki spodbujajo aktivno, kulturno in družbeno vključevanje starejših v lokalno okolje.

Ključne besede: starejši odrasli, duševne motnje, interdisciplinarnost, stigma, človekove pravice

Frequency, Causes, Characteristics, and Treatment of Mental Disorders in Old Age: Stereotypes and Facts

Mental disorders in older adults represent a significant public health challenge due to their frequency, impact on quality of life, and association with physical illnesses, functional decline, and social factors. Approximately one in seven people over the age of 60 lives with a mental disorder, with depression, anxiety disorders, and dementia being the most common. The clinical presentation in older adults often differs from that in younger adults; physical symptoms, decreased motivation, social withdrawal, cognitive changes, and functional disability are frequently at the forefront, meaning mental disorders often go unrecognized. Among the most significant risk factors are chronic physical illnesses, loneliness, social isolation, stigma, ageism, abuse, and the loss of meaningful life roles. Special attention must also be paid to elder abuse, which has serious and long-lasting consequences for both mental and physical health. A review of contemporary literature emphasizes that culture, social inclusion, and a sense of purpose in life play an important protective role. Participation in cultural activities, intergenerational connection, volunteering, and taking an active role in the community contribute to reducing the risk of depression, cognitive decline, and frailty, while improving psychological resilience, social relationships, and subjective well-being. Effective management of mental disorders in old age requires an integrated, interdisciplinary, and community-oriented approach that ensures continuous support, early identification of issues, and respect for the rights of older adults to dignity, autonomy, choice, and social inclusion. For successful healthy ageing, in addition to medical treatment, it is essential to reduce ageism and stigma, as well as to strengthen preventive programmes that promote the active, cultural, and social integration of older adults into the local environment.

Keywords: older adults, mental disorders, interdisciplinarity, stigma, human rights

* Medicinska fakulteta Univerze v Ljubljani, Nacionalni inštitut za javno zdravje in Zdravstveni dom Logatec.

Umetniške intervencije kot priložnost za krepitev duševnega zdravja starejših

Eden od izzivov hitro starajočega se prebivalstva je porast duševnih stisk starejših odraslih. Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije (SZO) se 14,1 % starejših od 70 let sooča z duševnimi motnjami, pri čemer izstopata depresija in anksioznost, vse bolj prisotni pa sta tudi osamljenost in/ali družbena izključenost. Umetniške intervencije so eden od načinov krepitev duševnega zdravja. Številne raziskave kažejo njihove pozitivne učinke, kot sta občutek smisla ter krepitev vitalnosti, opolnomočenosti in socialnih vezi, kar (ne)posredno vpliva na psihološko odpornost in blagostanje starejših. Z duševnim zdravjem (starejših) odraslih se poleg centrov za krepitev duševnega zdravja odraslih pričanja ukvarjati tudi univerza v okviru svojega tretjega poslanstva z ustvarjanjem (socialnih) inovacij z okoljem za večjo vez s skupnostjo. Kot primer tovrstne inovacije predstavljamo program *Krepitev duševnega zdravja starejših z glasbo, književnostjo in likovnim ustvarjanjem*, ki ga sofinancira Ministrstvo za zdravje. Temeljni namen programa je razvoj umetniško-izobraževalnih modulov za destigmatizacijo duševnega zdravja starejših ter krepitev rezilientnosti posameznika in skupnosti s pomočjo umetnosti kot medija. Moduli so namenjeni krepitvi socialnih veščin in samopodobe z likovnim ustvarjanjem, zmanjševanju stresa s klasično glasbo in povezovanju starejših v (lokalnih) skupnostih s pripovedovanjem osebnih zgodb. Z glasnim branjem literarnih del in delavnicami spoznavanja tehnik sproščanja za boljšo kakovost bivanja v četrtem življenjskem obdobju program posebej nagovarja tudi prebivalce domov za starejše. Predstavljamo primer dobre prakse krepitev duševnega zdravja starejših, njihovega kulturnega kapitala in vključevanja v univerzitetna okolja.

Ključne besede: duševno zdravje, starejši odrasli, socialna inovacija, umetniška intervencija, umetnost

Artistic Interventions as an Opportunity to Promote the Mental Health of Older Adults

One of the key challenges of a rapidly ageing population is the growing prevalence of mental health problems among older adults. According to the WHO, 14.1% of people aged over 70 experience mental disorders, particularly depression and anxiety, while loneliness and/or social exclusion are also increasingly prevalent. Artistic interventions offer an innovative approach to raising awareness and supporting older adults. Research highlights their positive effects, including a greater sense of life meaning, enhanced vitality, empowerment, and stronger social connections, which can contribute to psychological resilience and well-being. In Slovenia, mental health centres for adults and other social interventions address these challenges, while universities contribute through their third mission by developing (social) innovations with and for local communities. An example is the programme *Strengthening the Mental Health of Older Adults through Music, Literature and Visual Arts*, co-funded by the Ministry of Health. Its main aim is to develop arts-based educational modules that destigmatize mental health issues among older adults and strengthen individual and community resilience through art. The modules focus on strengthening social skills and self-esteem through visual arts, reducing stress through classical music, and fostering connections within local communities through personal storytelling. Reading literary works aloud and relaxation workshops are also offered to residents of care homes, with the aim of supporting their well-being and improving their quality of life. The programme represents an example of good practice in promoting the mental health of older adults, enhancing their cultural capital, and strengthening their engagement with university environments.

Keywords: mental health, older adults, social innovation, artistic intervention, art

* Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani.

POVZETKI PRISPEVKOV KONFERENCE

Od kulturnega k narativnemu kapitalu: vloga zgodb za blagostanje starejših odraslih

Staranje prebivalstva in pospešene tehnološke transformacije pomembno preoblikujejo načine življenja, komuniciranja in družbene participacije ter odpirajo nova vprašanja o vlogi in položaju starejših odraslih v sodobni družbi. Ob tradicionalnem poudarku na telesnem zdravju vse bolj v ospredje stopajo subjektivno blagostanje, življenjski smisel, socialna vključenost, vseživljenjsko učenje in kulturna participacija, medtem ko ostaja vloga narativnih praks, zlasti pripovedovanja, v kontekstu staranja premalo raziskana. Izhodišče razprave je predpostavka, da posameznik svojo izkušnjo sveta, identiteto in medosebne odnose strukturira v narativnih okvirih. Branje, poslušanje, pripovedovanje in deljenje življenjskih izkušenj razumemo kot temeljne narativne prakse, ki oblikujejo identiteto, omogočajo vzpostavljanje in ohranjanje odnosov ter podpirajo interpretacijo in osmišljanje življenjskih izkušenj. Poseben pomen dobivajo v pozni odraslosti, ko posameznik reflektira pretekle dogodke in jih umešča v smiselno življenjsko celoto. Teoretični okvir povezuje Bourdieujev koncept kulturnega kapitala, narativne pristope v izobraževanju in spoznanja nevroznosti. Na tej podlagi narativni kapital uvajamo in teoretično utemeljujemo kot večdimenzionalen skupek kognitivnih, afektivnih in socialnih zmožnosti ter praks, povezanih z ustvarjanjem, razumevanjem in deljenjem zgodb. Narativni kapital omogoča ohranjanje biografske kontinuitete in aktivno participacijo v družbenem prostoru ter prispeva k psihološki odpornosti, kognitivni vitalnosti in subjektivnemu blagostanju starejših. Pripovedovanje se pri tem vzpostavlja kot ključen proces oblikovanja življenjskega smisla in občutka povezanosti. Sklepno poudarjamo, da je narativna zmožnost pomemben, a premalo raziskan dejavnik kakovostnega staranja.

Ključne besede: narativni kapital, starejši odrasli, pripovedovanje, kakovostno staranje, subjektivno blagostanje

From Cultural to Narrative Capital: The Role of Stories in Older Adults' Well-Being

Population ageing and accelerating technological transformations are significantly reshaping ways of living, communicating, and participating in society, raising new questions about the role and position of older adults in society. Alongside the traditional emphasis on physical health, increasing attention is being paid to subjective well-being, meaning in life, social inclusion, lifelong learning, and cultural participation, while the role of narrative practices, particularly storytelling, in the context of ageing remains underexplored. The discussion is based on the assumption that individuals structure their experience of the world, identity, and interpersonal relationships through narrative frameworks. Reading, listening, storytelling, and sharing life experiences are understood as fundamental narrative practices that shape identity, enable the establishment and maintenance of relationships, and support the interpretation and meaning-making of life experiences. They acquire particular significance in later adulthood, when individuals reflect on past events and integrate them into a meaningful life narrative. The theoretical framework brings together Bourdieu's concept of cultural capital, narrative approaches in education, and insights from neuroscience. On this basis, we introduce and theoretically substantiate narrative capital as a multidimensional set of cognitive, affective, and social capacities and practices related to creating, understanding, and sharing stories. Narrative capital supports biographical continuity and active participation in the social sphere and contributes to psychological resilience, cognitive vitality, and the subjective well-being of older adults. Storytelling thus emerges as a key process in constructing meaning in life and a sense of connectedness. We conclude that narrative capacity is an important yet insufficiently explored factor in ageing well.

Keywords: narrative capital, older adults, storytelling, ageing well, subjective well-being

* Pedagoška fakulteta Univerze na Primorskem.

Bralne skupine za starejše v slovenskih splošnih knjižnicah

Staranje prebivalstva je pomemben družbeni izziv, ki vpliva tudi na razvoj storitev slovenskih splošnih knjižnic. Med dejavnostmi, namenjenimi starejšim uporabnikom, imajo pomembno vlogo bralne skupine, saj spodbujajo bralno kulturo, socialno vključenost in kakovost življenja. Namen prispevka je predstaviti pomen bralnih skupin za starejše v slovenskih splošnih knjižnicah ter analizirati njihovo razširjenost in vlogo. Prispevek temelji na pregledu strokovne literature, analizi spletnih strani slovenskih splošnih knjižnic ter podatkih, pridobljenih od knjižničnih delavcev. V teoretičnem delu so predstavljeni pomen branja, značilnosti starosti in staranja ter potrebe starejših uporabnikov knjižnic, empirični del pa prikazuje primere dobrih praks pri organiziranju bralnih skupin. Ugotovitve kažejo, da večina slovenskih splošnih knjižnic izvaja bralne skupine za odrasle, v katere se vključujejo tudi starejši uporabniki, medtem ko so skupine, namenjene izključno starejšim, organizirane le v posameznih knjižnicah. Kljub temu imajo pomembno vlogo pri spodbujanju druženja, medgeneracijskega povezovanja, izmenjave izkušenj ter ohranjanja aktivne vloge starejših v družbi. Prispevek opozarja na potrebo po nadaljnjem razvoju in širjenju bralnih skupin za starejše kot pomembne knjižnične storitve za starajočo se populacijo ter izpostavlja potencial teh skupin za izboljšanje kakovosti življenja starejših.

Ključne besede: branje, bralne skupine, starejši, staranje, splošne knjižnice

Reading Groups for the Elderly in Slovenian Public Libraries

Population ageing represents one of the most important social challenges of modern times and is increasingly reflected in the work of public libraries. Libraries are developing services and programmes tailored to the needs of older users, among which reading groups play an important role. This article examines the importance of reading groups for older people in Slovenian public libraries and highlights their role in promoting reading culture, social inclusion, and quality of life. The article consists of three sections. The first presents, based on professional literature, the importance of reading as an activity that supports cognitive abilities, personal development, and the formation of values. The second discusses ageing, as well as the characteristics and needs of older library users. The third presents examples of good practices in Slovenian public libraries concerning the organization of reading groups for older people. The overview is based on an analysis of public library websites, information obtained from library staff, and professional literature. The findings show that most Slovenian public libraries organize reading groups for adults that also include older users, while groups intended exclusively for older people exist only in some libraries. Nevertheless, reading groups provide important opportunities for socializing, intergenerational networking, exchanging experiences, and maintaining the active role of older people in society. The article emphasizes the need to further develop and expand reading groups for older people and highlights their potential to support social inclusion, active ageing, and a better quality of life for the growing older population.

Keywords: reading, reading groups, the elderly, ageing, public libraries

* Mestna knjižnica Ljubljana.

Druženje z umetnostjo: programi Narodne galerije za starejše odrasle

Narodna galerija razvija vrsto programov, namenjenih starejšim odraslim, ki jim omogočajo redno srečevanje z umetnostjo, pridobivanje novih znanj in aktivno vključevanje v kulturno življenje. V prispevku bomo predstavili izbrane programe in izkušnje njihovega izvajanja. Pomemben del dejavnosti so programi za osebe z demenco, njihove svojce in druge zainteresirane starejše obiskovalce. Narodna galerija kot *Demenci prijazna točka* obiskovalcem ponuja informacije, podporo in prilagojene vsebine na mesečnih srečanjih *Alzheimer cafe*. Pozornost namenjamo tudi sodelovanju z domovi za starejše občane. Delavnice in pogovore o umetninah izvajamo v domovih, kjer stanovalce spodbujamo k opazovanju, obujanju spominov, pripovedovanju osebnih zgodb in ustvarjalnemu izražanju. Program *Prijatelji Narodne galerije*, ki se mu lahko pridružijo zainteresirani polnoletni, združuje številne starejše obiskovalce. Vključuje predavanja o umetnosti, vodstva po razstavah, ogledе konservatorsko-restavratorskih posegov, strokovne ekskurzije doma in v tujini ter srečanja z muzejskimi strokovnjaki. Predstavili bomo tudi tečaje risanja, slikanja in grafičnih tehnik za odrasle in starejše, pri katerih udeleženci pod mentorstvom umetnikov in pedagogov razvijajo ustvarjalne spretnosti in poglabljajo poznavanje likovne umetnosti. Prispevek bo predstavil načine prilagajanja vsebin starejšim odraslim ter izkušnje udeležencev programov, ki kažejo, da lahko umetnost pomembno prispeva k ohranjanju radovednosti, socialnih stikov in aktivnega vključevanja v skupnost tudi v poznejšem življenjskem obdobju.

Ključne besede: starejši odrasli; umetnost in staranje; demenca; Alzheimer Café; domovi za starejše

Engaging with Art: Programmes of the National Gallery of Slovenia for Older Adults

The National Gallery of Slovenia develops a range of programmes for older adults that provide opportunities for regular engagement with art, acquiring new knowledge, and active participation in cultural life. The presentation will introduce selected programmes and experiences from their implementation. An important part of these activities consists of programmes for people living with dementia, their relatives, and other older visitors. As a Dementia-Friendly Point, the National Gallery provides information, support, and tailored content through its monthly Alzheimer Cafés. Particular attention is also given to cooperation with residential care homes. Workshops and discussions about artworks are held in care homes, where residents are encouraged to observe artworks, recall memories, share personal stories, and engage in creative expression. The Friends of the National Gallery programme, which is open to all interested adults, also brings together a significant number of older visitors. The programme includes lectures on art, guided tours of exhibitions, visits to conservation and restoration projects, excursions in Slovenia and abroad, and meetings with museum professionals. The presentation will also introduce drawing, painting, and printmaking courses for adults and older learners, in which participants develop their creative skills under the guidance of artists and educators while deepening their knowledge of visual art. The presentation will explore approaches to adapting content to the needs and interests of older adults, as well as participants' experiences of the programmes. These experiences demonstrate that engagement with art can make an important contribution to maintaining curiosity, social connections, and active participation in the community throughout later life.

Keywords: older adults; art and ageing; dementia; Alzheimer Café; residential care homes

* Narodna galerija Ljubljana.

Likovna ustvarjalnost v obdobju visoke starosti: primeri slikarjev Jana Oeltjena in Franceta Miheliča ter fotografa Stojana Kerblerja

Veliko ustvarjalcev je zavezanih umetnosti tudi v visoki starosti; zdravstvene tegobe jih ne odvrnejo od ustvarjalne sle. Mnogi se brez zadržkov glede odziva javnosti predajajo novim tematikam, celo eksperimentom. Umetnostnozgodovinska stroka ločuje faze v ustvarjanju posameznikov; navadno največ pozornosti posveti delom iz mladostne/razvojne dobe ter iz zrelega obdobja, ko je umetnik dosegal največje uspehe, medtem ko pozna dela nemalokrat ostajajo neopažena in nerazumljena, še posebej če odstopajo od priznanih vrhuncev iz umetnikovega opusa. Ob analiziranju različnih virov (poleg umetnin in okoliščin njihovega nastanka tudi dnevnikov, spominov, intervjujev ipd.) ugotavljamo, da ustvarjalna sla tudi v visoki starosti ostaja – oziroma je pogosto še bolj kot prej – vezana na umetnikovo neobhodno nujno po izražanju. Oviro predstavlja odmaknjenost od dinamike na sočasnem umetnostnem prizorišču, navadno pogojena s telesnimi in duševnimi stiskami ter osamljenostjo. Po drugi strani se umetnikom v visoki starosti ni več treba prilagajati pričakovanjem javnosti, kar sproža umetniške procese, ki presenečajo z drugačnostjo. Poglobljeno razumevanje tovrstnih obratov v življenju in delovanju umetnikov je ključno. Ob zavedanju vrednosti poznih stvaritev za širšo javnost je nujno sistemsko zagotavljati ustrezne pogoje za delo tudi umetnikom v visoki starosti. Upoštevati kaže, da umetniška aktivnost lajša ustvarjalčeve lastne psiho-fizične stiske, hkrati pa je lahko vzor in opora tudi v okviru skrbi za duševno zdravje nasploh. Aktivno vključevanje starejših umetnikov v različne (medgeneracijske) skupnosti lahko bistveno prispeva k blagostanju v družbi. Pozne opuse bomo obravnavali na primerih treh ustvarjalcev: slikarjev Jana Oeltjena in Franceta Miheliča ter fotografa Stojana Kerblerja.

Ključne besede: umetniško ustvarjanje v visoki starosti, medgeneracijsko sodelovanje, Jan Oeltjen, France Mihelič, Stojan Kerbler

Artistic Creativity in Old Age: The Examples of Painters Jan Oeltjen and France Mihelič, and Photographer Stojan Kerbler

Many artists remain committed to their creative pursuits even in old age, undeterred by health problems. Many throw themselves into exploring new themes and experimenting, free from worry about how the audience will react. Art historians distinguish between different phases in an individual's creative development, typically paying the most attention to works from the early or formative period and the mature period, when the artist achieved their greatest triumphs, whilst later works often remain unnoticed and misunderstood, particularly if they diverge from the artist's most acclaimed pieces. By analysing various sources, including the artworks themselves, the circumstances in which they were created, and the artists' journals, memoirs and interviews, we have found that the creative drive persists even in old age, when it is often more than ever closely linked to the artists' inextinguishable need for self-expression. One obstacle they face is their detachment from the contemporary art scene, which is usually caused by physical and mental health issues, as well as loneliness. On the other hand, artists in old age no longer need to conform to public expectations, allowing them to embark on artistic processes that astonish with their uniqueness. It is crucial to develop a deeper understanding of such pivotal moments in the lives and careers of artists. Given the value of late works to the general public, it is paramount that adequate working conditions are systematically provided for artists in old age. It is worth noting that artistic activity eases the artists' mental and physical distress, while also serving as an example and a source of support within the broader context of mental health care. Actively involving older artists in various (intergenerational) communities can significantly improve societal well-being. We will examine late-life creative output through the examples of three artists: the painters Jan Oeltjen and France Mihelič and the photographer Stojan Kerbler.

Keywords: artistic creation in old age, intergenerational collaboration, Jan Oeltjen, France Mihelič, Stojan Kerbler

* Center za zaslužne profesorje in upokojene visokošolske učitelje Univerze v Mariboru.

Program Narodnega muzeja Slovenije za starejše odrasle

Muzeji so stičišča različnih generacij, prostori prepletanja kulturnih praks ter ustanove, v katerih se med drugim hrani, raziskuje in predstavlja kulturna dediščina. V Narodnem muzeju Slovenije poleg drugih dejavnosti izvajamo program za starejše odrasle *Muzej za starejše: mi k vam, vi k nam*. Program je bil sprva namenjen starejšim odraslim, ki zaradi različnih okoliščin niso mogli obiskati Narodnega muzeja Slovenije. Zdaj se poleg stanovalcev domov za starejše programa udeležujejo tudi druge skupine starejših odraslih: uporabniki dnevnih centrov aktivnosti za starejše ter člani univerze za tretje življenjsko obdobje, društev upokojencev in različnih interesnih krožkov za starejše odrasle. Cilji programa so večplastni: širjenje zavedanja o bogati in raznoliki kulturni dediščini Slovenije, ozaveščanje o hrambi kulturne dediščine nacionalnega, evropskega in svetovnega pomena, obnavljanje in poglobljanje znanja udeležencev z novimi vsebinami na temo preteklosti, spodbujanje kakovostnega preživljanja prostega časa, krepitev socialne vključenosti starejših odraslih z njihovim aktivnim vključevanjem v kulturno in družbeno okolje ter zmanjševanje tveganja za socialno izključenost in osamljenost. Temeljno vodilo programa je: »Če vi ne morete v muzej, pride muzej k vam.«

Ključne besede: starejši odrasli, Narodni muzej Slovenije, inkluzija

The National Museum of Slovenia's Programme for Older Adults

Museums are meeting places for different generations, spaces where cultural practices intersect, and institutions dedicated to preserving, researching, and presenting cultural heritage. In addition to its other activities, the National Museum of Slovenia runs a programme for older adults entitled *Museum for Older Adults: We Come to You, You Come to Us*. The programme was originally designed for older adults who, for various reasons, were unable to visit the National Museum of Slovenia. Today, in addition to residents of residential care homes, the programme also includes other groups of older adults, such as participants from day activity centres for older people, students of the University of the Third Age, members of pensioners' associations, and various interest groups. The programme pursues several objectives: raising awareness of Slovenia's rich, diverse cultural heritage; promoting understanding that the National Museum of Slovenia preserves cultural heritage of national, European, and global significance; renewing and deepening participants' knowledge through new content related to the past; encouraging meaningful and active use of leisure time; strengthening the social inclusion of older adults through their active participation in cultural and community life; and reducing the risk of social exclusion and loneliness. The guiding principle of the programme is: "If you cannot come to the museum, the museum will come to you."

Keywords: older adults, National Museum of Slovenia, inclusion

* Narodni muzej Slovenije.

Pravila za dolgo zdravo življenje

Dolgoživost kot kultura zdravega in dolgega življenja ni le podaljševanje življenjske dobe, temveč tudi ohranjanje življenjske sile, zdravja in bistrega uma v vseh življenjskih obdobjih. Temelji na celostnem pristopu, ki združuje telesno in duševno dejavnost. Strokovna literatura in lastne izkušnje narekujejo sedem ključnih stebrov dolgoživosti: 1) dnevna telesna dejavnost, 2) redna umska dejavnost, 3) uravnotežena in zdrava prehrana, 4) normalna telesna teža, 5) odsotnost kajenja, alkohola in mamil, 6) duševno zdravje brez kroničnega stresa in družabne povezave, 7) dober 7,5-urni spanec. V obdobju 2015–2023 se je v Sloveniji zdrava življenjska doba ob rojstvu pri moških podaljšala od 59 na 64 let, pri ženskah od 58 na 69 let. Moški so tako v osmih letih napredovali s 14. na 7. mesto v EU-27, ženske s 7. na 4. mesto. Oboji bodo tako zelo verjetno zdravi dočakali pokoj. 65-letniki so leta 2023 imeli pred sabo še 10,6 let zdravega življenja (6. mesto v EU), 65-letnice pa 12,4 leta (2. mesto v EU). Podaljšanje zdrave življenjske dobe je ključni dejavnik vzdržnosti javnih financ, saj neposredno zmanjšuje stroške zdravljenja kroničnih bolezni. Omogoča daljšo delovno dejavnost, zmanjšuje bolniško odsotnost in odpira nova delovna mesta v t. i. srebrnem gospodarstvu. Ključne ekonomske posledice vključujejo zmanjšanje stroškov zdravstva, večjo produktivnost in dodatno delovno silo, kar pozitivno vpliva na BDP, preoblikovanje potrošnje (srebrno gospodarstvo) in vzdržnost pokojninskega sistema.

Ključne besede: dolgoživost, telesna in umska dejavnost, zdrava prehrana, družabnost, spanje

Rules for a Long Healthy Life

The culture of healthy longevity is not merely about extending one's lifespan but about preserving vitality, health, and a sharp mind at every stage of life. It is based on a holistic approach combining physical and mental activity. Expert literature and personal experience point to seven key pillars of longevity: 1) daily physical and 2) mental activity, 3) balanced and healthy diet, 4) normal body weight, 5) abstinence from smoking, alcohol, and drugs, 6) mental health, free from chronic stress, along with social connections, and 7) good 7.5-hour sleep. Between 2015 and 2023, healthy life expectancy at birth in Slovenia increased from 59 to 64 years for men and from 58 to 69 years for women, moving men from 14th to 7th place, and women from 7th to 4th place in the EU-27. In 2023, 65-year-old men could look forward to another 10.6 years of healthy life (6th place in the EU), and women to 12.4 years (2nd place). Extending healthy life expectancy is a key factor for the sustainability of public finances, as it reduces the costs associated with treating chronic diseases, enables longer working lives, reduces sick leave expenditure, and creates new jobs in the "silver economy". Key economic consequences include reduced healthcare costs, higher productivity, and an expanded workforce, all of which positively impact GDP and the sustainability of the pension system.

Keywords: longevity, physical and mental activity, healthy diet, social interaction, sleep

* Univerza v Mariboru, Center za zaslužne profesorje in upokojene visokošolske učitelje.

Glasovi med zidovi: participativna radijska igra kot umetniško-raziskovalna metoda za krepitev blagostanja starejših odraslih

Prispevek obravnava participativno radijsko igro kot umetniško-raziskovalno metodo, ki lahko podpira občutek slišnosti, kulturno participacijo in socialno vključenost starejših odraslih. Teoretsko izhaja iz razumevanja poslušanja kot etične in relacijske prakse, umetnosti kot skrbi ter kritičnih pristopov k institucionalizaciji. Radijska igra pri tem ni razumljena samo kot umetniški izdelek, temveč kot proces, v katerem glas, tišina, prostor in skupno poslušanje omogočajo izražanje izkušenj in soustvarjanje pomena. Praktični del predstavlja doktorski umetniško-raziskovalni projekt *Glasovi med zidovi na UL AGRFT*, povezan z Muzejem norosti na gradu Cmurek, in prenos njegovih metodoloških izhodišč v delo s starejšimi odraslimi. V Domu starejših občanov Grosuplje so bili posneti pogovori s tremi stanovalci in direktorico o vsakdanjih navadah, samostojnosti, odnosih, pomenu doma in zvoku prostora. Na podlagi gradiva nastaja delovna zvočna maketa *Preden zgradimo dom*, ki raziskuje, kako bi bilo mogoče izkušnje stanovalcev vključiti v razmislek o načrtovani enoti doma v Loški dolini. Ker v Loški dolini terensko delo ni bilo izvedeno, maketa ne predstavlja glasov tamkajšnjih prebivalcev, temveč predlog metode za njihovo poznejše vključevanje. Nadaljnji koncept predvideva podkaste, zvočne točke in participativne izvedbe, pri katerih bi stanovalci postali soustvarjalci kulturnih vsebin. Prispevek ne dokazuje vpliva na blagostanje, temveč potencial zvočnih metod za zmanjševanje institucionalnosti in krepitev vključenosti opredeljuje kot vprašanje za nadaljnje participativno preverjanje.

Ključne besede: participativna radijska igra, starejši odrasli, blagostanje, zvočne metode, kulturna participacija

Voices Between Walls: Participatory Radio Drama as an Artistic Research Method for Enhancing the Well-Being of Older Adults

The paper examines participatory radio drama as an artistic research method that can support being heard, cultural participation and the social inclusion of older adults. Its theoretical framework understands listening as an ethical and relational practice, art as care, and institutionalization through a critical perspective. Radio drama is approached not only as an artistic product but as a process in which voice, silence, space and collective listening enable the expression of experience and the co-creation of meaning. The practical section presents *Voices Between Walls*, an artistic doctoral project at the University of Ljubljana linked to the Museum of Madness at Cmurek Castle, and applies its methodological principles to work with older adults. At the Grosuplje Home for Older Adults, conversations were recorded with three residents and the director about everyday routines, autonomy, relationships, the meaning of home and spatial sound. The material informs a working sound model, *Before We Build a Home*, exploring how residents' experiences might inform reflection on the planned home unit in Loška dolina. Since no fieldwork was conducted there, the model does not represent local residents' voices but proposes a method for their future involvement. A longer-term concept envisages podcasts, sound points and participatory performances in which residents could co-create cultural content. The paper does not demonstrate an effect on well-being but frames the potential of sound methods to reduce institutional qualities and strengthen inclusion as a question for further participatory evaluation.

Keywords: participatory radio drama, older adults, well-being, sound methods, cultural participation

* Akademija za gledališče, radio, film in televizijo Univerze v Ljubljani.

Od inkluzivne do nevroraznolike afirmativne umetniške prakse: psihološki in ustvarjalni razcvet nevroraznolikih starejših odraslih

Prispevek obravnava raziskovalno vrzel na presečišču gerontologije, pozitivne psihologije ter študij nevro- in umetnostne pedagogike. Poleg tega raziskuje, kako lahko umetniška praksa spodbuja psihološki in ustvarjalni razcvet nevroraznolikih starejših odraslih brez reproduciranja pritiskov po normalizaciji. Sodobna gerontologija se vse bolj odmika od deficitnega razumevanja staranja ter se usmerja k ustvarjanju pogojev za smiselno, ustvarjalno in participativno življenje v poznejšem življenjskem obdobju. Ta premik se povezuje s pozitivno psihologijo, ki dobrobit razume kot večdimenzionalen proces razvoja potencialov, kakovostnih odnosov, smisla in aktivnega sodelovanja. Pri nevroraznolikih starejših odraslih psihološki in ustvarjalni razcvet vključuje možnosti avtentičnega izražanja, pripadnosti, ustvarjalnega razvoja in družbene participacije. Medtem ko inkluzivni modeli pogosto temeljijo na prilagajanju obstoječih umetniških programov posameznikom z različnimi potrebami, nevroraznolika afirmativna umetniška praksa izhaja iz nevrološke raznolikosti kot temeljne človeške značilnosti in izhodišča za oblikovanje umetniških okolij. Zato prispevek predlaga konceptualni premik od inkluzivne umetniške prakse k nevroraznoliki afirmativni umetniški praksi ter nakaže razvoj teoretskega modela, ki povezuje ustvarjalno staranje, pozitivno psihologijo in študije nevrodiverzitete. Umetnost je pri tem razumljena kot prostor ustvarjalnosti, pripadnosti, participacije in človekovega razcveta skozi celoten življenjski potek.

Ključne besede: nevroraznolikost, psihološki in ustvarjalni razcvet, afirmativna umetniška praksa

From Inclusive to Neurodiverse Affirmative Artistic Practices: The Psychological and Creative Flourishing of Neurodiverse Older Adults

The article addresses a research gap at the intersection of gerontology, positive psychology, neuroscience, and arts education, and explores how artistic practice can foster the psychological and creative flourishing of neurodiverse older adults without perpetuating pressures to normalization. Contemporary gerontology is increasingly moving away from a deficit-based understanding of ageing and is shifting toward creating conditions for a meaningful, creative, and participatory life. This shift is linked to positive psychology, which understands well-being as a multidimensional process of developing potential, quality relationships, meaning, and active participation. For neurodiverse older adults, psychological and creative flourishing involves opportunities for authentic expression, a sense of belonging, creative development, and social participation. While inclusive models are often based on adapting existing arts programmes to individuals with diverse needs, neurodiversity-affirming arts praxis is grounded in neurological diversity as a fundamental human characteristic and a starting point for designing arts environments. This paper therefore proposes a conceptual shift from inclusive artistic practice to neurodiversity-affirming arts praxis and outlines the development of a theoretical model that integrates creative ageing, positive psychology, and neurodiversity studies. In this context, art is understood as a space for creativity, belonging, participation, and human flourishing throughout the entire course of life.

Keywords: neurodiversity, psychological and creative flourishing, neurodiversity-affirming arts praxis

* Pedagoška fakulteta Univerze na Primorskem.

Skupaj doživeti nekaj lepega: bralno-ustvarjalne delavnice kot orodje za izboljšanje kakovosti življenja oseb z demenco

Bralno-ustvarjalne delavnice so dragoceno orodje pri delu z osebami z demenco, saj ponujajo številne koristi. Vizualna stimulacija knjig deluje pomirjujoče in pomaga ohranjati osredotočenost, skupni bralni trenutki ponujajo priložnosti za navezovanje stikov, skupno ustvarjanje pa pomaga pri izražanju čustev, ki jih osebe z demenco ne zmorejo verbalno izraziti, izboljšuje motorične spretnosti, vzbuja občutek zadovoljstva in ponosa, vzbudi lahko celo spomine in spodbudi govor. Da je knjiga primerna, mora vsebovati preprosto, kratko, pozitivno naravnano zgodbo in živobarvne ilustracije. Dobro je, če je vsebina povezana s preteklostjo oseb z demenco. Če oseb ne poznamo, pridejo v poštev ljudsko slovstvo in v šoli obravnavana besedila starejših slovenskih avtorjev. Sledi skupno branje. Beremo počasi, glasno in razločno. Z uporabo vizualnih elementov spodbujamo pogovor in skušamo obuditi spomine, pozorni smo tudi na neverbalne znake – nasmeh, očesni stik in nežen dotik. Namen branja je približati se osebami z demenco s spoštovanjem, pozornostjo in empatijo. Ne preverjamo, ali razumejo prebrano, temveč se le odzovemo na njihove odzive. Branju sledi ustvarjanje, katerega cilj ni končni izdelek, temveč sodelovanje in zadovoljstvo osebe z demenco. Dejavnost naj bo prilagojena glede na zmožnosti ter naj smiselno dopolnjuje prebrano. Med ustvarjanjem osebe z demenco prijazno in strpno spodbujamo k vključevanju in ustvarjanju. Če česa nočejo ali ne zmorejo narediti, to naredimo skupaj. Osrednji cilj delavnic je skupaj z osebami z demenco doživeti nekaj lepega, nekaj, kar jim posreduje pozornost in toplino.

Ključne besede: bralno-ustvarjalne delavnice, branje, demenca, domovi za starejše, ustvarjanje

Experiencing Something Beautiful Together: Reading and Creative Workshops as a Tool for Improving the Quality of Life of People with Dementia

Reading and creative workshops are valuable and beneficial tools in working with people with dementia. The visual stimulation of books has a calming effect and helps maintain focus, shared reading moments provide opportunities for making connections, while creating together helps express emotions that people with dementia are unable to express verbally, improves motor skills, evokes a sense of satisfaction and pride, and can stir up memories and encourage speech. The book should contain a simple, short, positive story and illustrations with bright colours. It is good if the content is connected to the past of the person with dementia, but if not then folk literature and texts by older Slovenian authors are options. We then read slowly, aloud and clearly. Through the use of visual elements, we encourage conversation and try to bring back memories, we also pay attention to non-verbal cues – a smile, eye contact, a gentle touch. The purpose of reading is to connect with people through respect, attention and empathy. We never check whether they understand what we are reading, but always respond to their reactions. Reading is followed by creating, the goal of which is not the final product, but the participation and satisfaction of the person with dementia. We choose an activity that meaningfully complements what was read and adapt the level of difficulty as needed. While the person with dementia is creating, we kindly and patiently encourage them. If there is something they do not want or are unable to do, we do it together. The central goal of the workshops is to experience something beautiful together with people with dementia, something that conveys care and warmth to them.

Keywords: reading and creative workshops, reading, dementia, care homes, creativity

* Pedagoška fakulteta Univerze na Primorskem.

Z izletom starejših do kulturnih vsebin – »Medvoške korenine lahkinih nog naokrog«

Prispevek predstavlja primer dobre prakse kulturne participacije starejših odraslih, razvite v skupini Šola zdravja Medvode, ki spodbuja predvsem jutranjo telovadbo na prostem. Projekt *Medvoške korenine lahkinih nog naokrog* izhaja iz prepričanja, da dostop do kulture pomembno prispeva k psihološkemu, socialnemu in kognitivnemu blagostanju starejših odraslih ter spodbuja aktivno staranje. Model temelji na cenovno dostopnih, trajnostno naravnanih izletih, ki povezujejo obisk muzejev, galerij, knjižnic, gradov in drugih ustanov kulturne dediščine. Kulturne vsebine dopolnjujejo pogovori, pripovedovanje zgodb ter bralne spodbude, s čimer udeleženci kulturo doživljajo kot prostor učenja, osebnega bogatenja in medsebojnega povezovanja. Posebna pozornost je namenjena starejšim odraslim, ki zaradi telesnih omejitev ne zmorejo več zahtevnejših pohodov, vendar želijo ostati dejavni, radovedni in vključeni v družbeno življenje. Izkušnje kažejo, da takšni izleti ne prispevajo le k večji dostopnosti kulturnih vsebin, temveč krepijo občutek pripadnosti, zmanjšujejo socialno izoliranost, spodbujajo medgeneracijske pogovore ter ohranjajo zanimanje za branje, umetnost in kulturno dediščino. Udeleženci izlete doživljajo kot dneve, ki poleg novih kulturnih doživetij prinašajo tudi »vadbo« za možgane ter lepoto in navdih za dušo. Projekt potrjuje, da lahko lokalna skupnost z minimalnimi finančnimi vložki in premišljeno organizacijo razvije trajnostni model vključevanja starejših v kulturno življenje. Prispevek tako odpira razmislek o kulturi kot pomembnem dejavniku kakovosti življenja starejših in predstavlja prenosljiv model, ki bi ga bilo mogoče uveljaviti tudi v drugih lokalnih okoljih.

Ključne besede: kulturna participacija, starejši odrasli, aktivno staranje, kulturna dediščina, bralne spodbude

Taking Older Adults on Excursions to Cultural and Artistic Experiences – *Medvode Roots: Light-Footed Out and Around*

This paper presents an example of good practice in the cultural participation of older adults, developed by the Medvode group of the School of Health, which primarily promotes morning exercise outdoors. The project *Medvode Roots: Light-Footed Out and Around* is based on the recognition that access to culture supports older adults' psychological, social and cognitive well-being and promotes active ageing. It offers affordable, sustainably organized cultural excursions to museums, galleries, libraries, castles and other heritage institutions. Conversations, storytelling and reading prompts complement the visits, making culture a space for learning, personal enrichment and social connection. Particular attention is given to people who can no longer undertake demanding hikes because of physical limitations but wish to remain active, curious and socially engaged. Experience shows that these excursions improve access to culture, strengthen belonging, reduce social isolation, encourage intergenerational dialogue and sustain interest in reading, art and cultural heritage. Participants experience these excursions as fulfilling and distinctive days that offer not only new cultural experiences, but also "exercise" for the brain and beauty and inspiration for the soul. The project demonstrates that, with minimal financial investment and thoughtful organization, a local community can develop a sustainable model for involving older adults in cultural life.

Keywords: cultural participation, older adults, active ageing, cultural heritage, reading prompts

* Društvo Šola Zdravja.

Kultura kot vir dobrobiti starejših odraslih: vključevanje kulturnih izkušenj v poučevanje romunščine kot tujega jezika

V kontekstu demografskega staranja in vse večjega zanimanja za vlogo kulture pri spodbujanju zdravja in kakovosti življenja starejših odraslih prispevek preučuje, kako lahko vključevanje kulturnih izkušenj v učenje romunščine kot tujega jezika prispeva k družbeni participaciji, razvoju medkulturne zmožnosti in dobremu počutju. Raziskava je potekala v okviru predmetov »Spoznavanje Romunije: jezik, kultura in kulinarika I« (2025) in II (2026) na Modri fakulteti Univerze v Ljubljani. Pri prvem predmetu je sodelovalo šest udeleženk, pri drugem pa tri, ki so bile v obeh primerih stare med 58 in 76 let. Analiza temelji na sistematičnih pedagoških opazanjih, zbranih v okviru dvajsetih srečanj, refleksijah udeleženk in odgovorih na anketne vprašalnike z odprtimi vprašanji, izpolnjene po kulturnih dejavnostih. Učno gradivo je bilo pripravljeno in prilagojeno glede na potrebe, interese in želje udeleženk. Pri prvem predmetu je bil poudarek na učenju romunščine in njeni rabi v pristnih komunikacijskih okoliščinah, pri drugem pa na učenju jezika z razvijanjem kulturnih zmožnosti. Kulturna komponenta je vključevala glasbo, gledališče, kulinariko, tradicijo in kulturno dediščino, ki so jih udeleženke spoznavale tako pri pouku kot v okviru neposrednih izkušenj. Po vsaki kulturni dejavnosti so udeleženke izpolnile vprašalnik o svojem doživljanju, vtisih in novih spoznanjih. Rezultati kažejo na povečanje motivacije za učenje, krepitev socialnih odnosov ter razvoj medkulturne zmožnosti in občutka pripadnosti skupini, pa tudi na zmanjšanje jezikovne anksioznosti. Na podlagi rezultatov raziskave bo naslednja izvedba predmeta vključevala nove kulturne izkušnje, med drugim strokovne ekskurzije, pri čemer bo analiziran njihov vpliv na učenje in dobro počutje.

Ključne besede: starejši odrasli, kulturna participacija, geragogika, romunščina kot tuji jezik, Modra fakulteta

Culture as a Resource for the Well-Being of Older Adults: Integrating Cultural Experiences into Teaching Romanian as a Foreign Language

In the context of demographic ageing and growing interest in the role of culture in promoting the health and quality of life of older adults, this study examines how integrating cultural experiences into learning Romanian as a foreign language can contribute to social participation, the development of intercultural competence, and well-being. The study was conducted within the framework of the courses *Discovering Romania: Language, Culture and Cuisine I* (2025) and *II* (2026) at the Faculty of Active Wisdom, University of Ljubljana. Six participants attended the first course and three the second, aged between 58 and 76. The analysis is based on systematic pedagogical observations conducted during 20 sessions, participants' reflections, and responses to open-ended questionnaires completed after cultural activities. Teaching materials were developed and adapted according to the participants' needs, interests, and preferences. In the first course, the emphasis was on acquiring Romanian and using it in authentic communicative contexts. The second focused on learning the language by means of developing cultural competences. The cultural component included music, theatre, cuisine, traditions, and cultural heritage, explored through classroom activities and direct cultural experiences. After each cultural activity, participants completed an open-ended questionnaire addressing their experiences, impressions, and new insights. The results indicate an increase in learning motivation, strengthening of social relationships, development of intercultural competence and a sense of belonging to the group, as well as reduced language anxiety. Based on the findings, new cultural experiences, including study visits, will be introduced in the next course, and their impact on learning and well-being will be further analysed.

Keywords: older adults, cultural participation, geragogy, Romanian as a foreign language, Faculty of Active Wisdom

* Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani.

Kultura in zdravje: umetniške prakse, socialno predpisovanje in skupnostni pristopi za blagostanje in kakovostno staranje

Prispevek obravnava povezovanje področij kulture in zdravja ter vlogo umetniških praks pri spodbujanju blagostanja, duševnega zdravja, socialne povezanosti in kakovostnega staranja. Predstavljeni so rezultati pilotnih projektov Društva Asociacija na področju kulture in zdravja starejših, ki razvijajo medsektorsko sodelovanje med kulturnim, zdravstvenim in socialnim sektorjem. Posebna pozornost je namenjena pobudam *CultureAndHealth*, *CARE* in *Kultura za duševno zdravje*, ki podpirajo razvoj zmogljivosti nevladnih organizacij in ustvarjalcev, inovativnih skupnostnih pristopov ter vključevanje kulture, umetnosti in prostovoljstva v preventivne in podporne modele skrbi. Kot primer dobre prakse je predstavljen pilotni projekt *Ples proti padcem – fizična socializacija*, ki s kontaktno improvizacijo in drugimi somatsko-umetniškimi praksami spodbuja zavedanje telesa, izboljšuje ravnotežje in mobilnost ter krepi socialno povezanost starejših odraslih v domovih za starejše. Refleksije udeležencev in izvajalcev kažejo na večjo samozavest pri gibanju, manj osamljenosti in močnejši občutek pripadnosti skupnosti. Prispevek izpostavlja možnosti sistemskega vključevanja kulturnih dejavnosti v podporne in skrbstvene sisteme.

Ključne besede: socialno predpisovanje, duševno zdravje, kakovostno staranje, umetniške prakse, skupnostni pristopi

Culture and Health: Artistic Practices, Social Prescribing, and Community Approaches to Well-Being and Healthy Ageing

This paper examines the connection between culture and health and the role of artistic practices in promoting well-being, mental health, social connectedness, and healthy ageing. It presents findings from pilot projects supported by the Association Asociacija in the field of culture and health for older adults, which develop cross-sectoral cooperation among the cultural, health, and social sectors. Particular attention is given to the *CultureAndHealth*, *CARE*, and *Culture for Mental Health* initiatives, which strengthen the capacities of non-governmental organizations and creative practitioners, foster innovative community-based approaches, and promote the inclusion of culture, arts, and volunteering in preventive and supportive care models. As an example of good practice, the pilot project *Dance Against Falls – Physical Socialization* is presented. Through contact improvisation and other somatic and artistic practices, the project encourages body awareness, improves balance and mobility, and strengthens social connectedness among older adults living in residential care settings. Reflections from participants and practitioners indicate greater confidence in movement, reduced loneliness, and a stronger sense of community belonging. The paper highlights opportunities for the systematic integration of cultural activities into support and care systems.

Keywords: social prescribing, mental health, healthy ageing, artistic practices, community approaches

* Društvo za umetnost giba ZaTo.

** Društvo Asociacija.

Od jezika h kulturi: primer branja integralnega književnega dela na tečaju Modre fakultete Univerze v Ljubljani

Potrebe dolgožive družbe so ob upoštevanju koncepta aktivne modrosti, najnovejših znanstvenih spoznanj in tretjega poslanstva Univerze v Ljubljani Filozofsko fakulteto v študijskem letu 2020/2021 spodbudile k vzpostavitvi socialne inovacije Modre fakultete kot skupnosti starejših alumnov in učiteljev. Med raznoliko izobraževalno ponudbo Modre fakultete, namenjeno starejšim od 55 let, so najbolj razvejani in obiskovani programi tujih jezikov. Podatki raziskave, opravljene v skupinah tečaja francoščine in nemščine, so pokazali, da študenti jezikovne tečaje MoF prepoznavajo kot celostno obliko izobraževanja. Tečaji zanje niso le prostor pridobivanja in obnavljanja jezikovnega znanja, temveč tudi prostor osebne rasti, druženja in spoznavanja druge kulture. Kot primer vključevanja (med)kulturne razsežnosti v pouk bomo predstavili branje integralnega književnega besedila v izvirniku, ki smo ga po vzoru Lecavalier in Richard dva zaporedna semestra izvedli s študentkami skupin Francoščina IX in X. Za večino študentk je to branje pomenilo prvi stik z obsežnejšim literarnim besedilom po daljšem času. Dejavnost smo zasnovali kot skupno izkušnjo, s katero smo okrepili motivacijo, poglobili razumevanje francoske in lastne kulture ter spodbudili kritično mišljenje. Po mnenju študentk je bilo prav branje književnega dela ena najdragocenejših dejavnosti tečaja, saj jim je omogočilo poglobljen stik z jezikom in kulturo ter občutek osebnega dosežka ob uspešno prebrani knjigi. Največji izziv za učitelja pa je vsakokrat izbira ustreznega književnega dela, ki mora biti jezikovno dovolj dostopno, obenem pa dovolj zanimivo, da spodbuja interpretacijo in razpravo ter hkrati ne deluje kot prevelik izziv za bralce z različno stopnjo jezikovne zmožnosti.

Ključne besede: Modra fakulteta, tuji jeziki, starejši odrasli, (med)kulturna razsežnost, branje integralnega književnega besedila

From Language to Culture: An Example of Reading a Complete Literary Work on a Faculty of Active Wisdom Course at the University of Ljubljana

In response to the needs of a longevity-oriented society, and drawing on the concept of active wisdom, recent scientific insights and the University of Ljubljana's third mission, the Faculty of Arts established the Faculty of Active Wisdom as a social innovation in the 2020/2021 academic year. It brings together older alumni and educators. Among its diverse educational programmes for adults over 55, foreign-language courses are the most popular. Research conducted in French and German language groups showed that participants perceive Faculty of Active Wisdom language courses as a holistic form of education. The courses are not only a place to acquire and refresh language skills, but also to foster personal growth, social interaction and knowledge of another culture. As an example of incorporating an (inter)cultural dimension into language teaching, we present the reading of a complete literary work in the original language. Following Lecavalier and Richard, the activity was carried out over two consecutive semesters with students in the French IX and X groups. For most participants, this was their first encounter with an extended literary text after a long period. The activity was designed as a shared experience aimed at strengthening motivation, deepening understanding of French and their own culture, and encouraging critical thinking. Students considered reading the literary work one of the most valuable course activities, as it enabled deeper engagement with language and culture and provided a sense of personal achievement. The main challenge for the educator is selecting a work that is linguistically accessible yet sufficiently engaging to stimulate interpretation and discussion without being too demanding for learners with different levels of language proficiency.

Keywords: Faculty of Active Wisdom, foreign languages, older adults, (inter)cultural dimension, reading a complete literary text

* Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani.

Psihosocialni viri blagostanja starejših odraslih

Zadovoljstvo z življenjem je eden ključnih kazalnikov kakovostnega staranja, nanj pa poleg telesnega zdravja pomembno vplivajo psihološki in socialni dejavniki. Zaradi staranja prebivalstva postaja prepoznavanje dejavnikov, ki prispevajo k blagostanju starejših odraslih, pomembno raziskovalno in strokovno področje. Namen raziskave je bil preučiti povezanost zaznane socialne podpore, optimizma in splošne samoučinkovitosti z zadovoljstvom z življenjem starejših odraslih ter ugotoviti, ali se zadovoljstvo z življenjem razlikuje glede na izbrane demografske značilnosti. Raziskava je temeljila na kvantitativnem presečnem raziskovalnem pristopu. Vanjo je bilo vključenih 133 starejših odraslih, starih 65 let ali več, iz Občine Nazarje. Podatki so bili zbrani z *Lestvico zadovoljstva z življenjem* (SWLS), *Večdimenzionalno lestvico zaznane socialne opore* (MSPSS), *Lestvico optimizma – popravljen različico* (LOT-R) in *Lestvico splošne samoučinkovitosti* (GSES). Analizirani so bili z uporabo opisne statistike ter korelacijske in multiple regresijske analize. Rezultati so pokazali, da imajo psihološki in socialni viri pomembno vlogo pri pojasnjevanju zadovoljstva z življenjem starejših odraslih. Med preučevanimi dejavniki se je kot posebej pomemben pokazal optimizem, pomemben prispevek pa imata tudi zaznana socialna podpora in splošna samoučinkovitost. Ugotovljene so bile razlike v zadovoljstvu z življenjem glede na nekatere demografske značilnosti, kar opozarja na potrebo po ciljno usmerjenih pristopih pri podpori različnim skupinam starejših odraslih. Ugotovitve raziskave so pomembno izhodišče za razvoj lokalnih programov, usmerjenih v krepitev psiholoških virov, socialne povezanosti in aktivnega staranja. Prispevajo tudi k boljšemu razumevanju dejavnikov, ki podpirajo dobro duševno zdravje in kakovost življenja starejših odraslih v lokalni skupnosti.

Ključne besede: starejši odrasli, zadovoljstvo z življenjem, socialna podpora, optimizem, samoučinkovitost

Psychosocial Sources of Well-Being Among Older Adults

Life satisfaction is one of the key indicators of ageing well and is significantly influenced by physical health as well as psychological and social factors. Due to the ageing population, identifying the factors that contribute to the well-being of older adults is becoming an important area of research and professional practice. The aim of the study was to examine the relationship between perceived social support, optimism, general self-efficacy and life satisfaction among older adults, and to determine whether life satisfaction varies according to selected demographic characteristics. The study used a quantitative cross-sectional research design. A total of 133 older adults aged 65 or over from the Municipality of Nazarje were included. Data were collected using the *Satisfaction with Life Scale* (SWLS), the *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS), the *Life Orientation Test-Revised* (LOT-R) and the *General Self-Efficacy Scale* (GSES). The data were analysed using descriptive statistics, correlation analysis and multiple regression analysis. The results showed that psychological and social resources play a significant role in explaining life satisfaction among older adults. Among the factors examined, optimism proved particularly important, whilst perceived social support and general self-efficacy also made a significant contribution. Differences in life satisfaction were also identified in relation to certain demographic characteristics, highlighting the need for targeted approaches when supporting different groups of older adults. These findings provide a foundation for developing local programmes to improve the mental health, social cohesion and quality of life of older adults.

Keywords: older adults, life satisfaction, social support, optimism, self-efficacy

* DOBA fakulteta.

Sodelovalno zgodbarjenje: kolektivni spomin in blagostanje starejših

Prispevek izhaja iz sociokulturne (kulturno gerontološke) perspektive pri opredeljevanju starosti. Njegov namen je odgovoriti na vprašanje, kako uporabiti narativne metode v podporo duševnemu zdravju in blagostanju starejših odraslih, in sicer iz perspektive narativne gerontologije in simbolnih virov. Pripoved razumemo kot proces, v katerem se osebni spomini oblikujejo v dialogu s kolektivnim spominom. Individualne življenjske zgodbe niso zgolj odraz osebnih izkušenj, temveč se oblikujejo znotraj družbenih okvirov spominjanja, ki posamezniku omogočajo umeščanje lastnega življenja v širši kulturni in zgodovinski kontekst. Takšno umeščanje krepi občutek pripadnosti, kontinuitete in življenjskega smisla. V tem procesu imajo pomembno vlogo simbolni viri, kot so literatura, fotografije, glasba, umetnost, kulturna dediščina in osebni predmeti, ki posameznikom omogočajo interpretacijo (npr. življenjskih prehodov), soočanje z izgubami ter ustvarjanje novih pomenov. Simbolni viri delujejo kot kulturna opora pri ohranjanju identitete ter spodbujajo procese refleksije, čustvene regulacije in odpornosti. Predstavljena bodo teoretična izhodišča narativnega pristopa, pregled raziskovalnih ugotovitev o učinkih narativnih metod na duševno zdravje starejših odraslih, primeri uporabe narativnih metod v skupnostnem delu (participativno narativno raziskovanje) ter razvoj novih metod (kot so biografske metode, narativna etnografija, storytelling coaching, walking narratives ipd.), ki se uporabljajo za prenos konvivialnega znanja, razvoj pripadnosti ter promocijo duševnega zdravja in blagostanja.

Ključne besede: narativna gerontologija, kolektivni spomin, simbolni viri, narativne metode

Collaborative Storytelling: Collective Memory and Older Adults' Well-Being

The paper adopts a sociocultural and cultural-gerontological perspective on ageing. Its aim is to explore how narrative methods can be used to support the mental health and well-being of older adults, drawing on narrative gerontology and the concept of symbolic resources. Narrative is understood as a process through which personal memories are shaped in dialogue with collective memory. Individual life stories are not merely reflections of personal experiences but are constructed within social frameworks of remembering that enable individuals to situate their lives within broader cultural and historical contexts. Such contextualization can strengthen a sense of belonging, continuity, and meaning in life. Symbolic resources – including literature, photographs, music, art, cultural heritage, and personal objects – play an important role in this process. They enable individuals to interpret experiences such as life transitions, cope with loss, and create new meanings. Symbolic resources function as forms of cultural support for maintaining identity and fostering reflection, emotional regulation, and resilience. The paper will present the theoretical foundations of narrative approaches, review research findings on the effects of narrative methods on older adults' mental health, and provide examples of their application in community-based work, particularly participatory narrative research. It will also discuss selected approaches and methods, including biographical methods, narrative ethnography, storytelling coaching, and walking narratives, which can facilitate the transmission of convivial knowledge, strengthen a sense of belonging, and promote mental health and well-being.

Keywords: narrative gerontology, collective memory, symbolic resources, narrative methods

* Modra fakulteta Univerze v Ljubljani, Srebrna katedra Univerze v Ljubljani.

** Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani.

Kultura kot spodbuda za učenje tujih jezikov v tretjem življenjskem obdobju na primeru analize didaktičnega gradiva

Različne raziskave kažejo, da učenje tujega jezika ne glede na učne rezultate pozitivno vpliva na uspešno staranje in ohranjanje kognitivnih funkcij. To pomeni, da osrednja korist ni dosežena raven znanja, ampak občutek subjektivnega zadovoljstva. Ob tem se odpira vprašanje didaktičnih pristopov, metod in učnega gradiva, ki lahko negativno vpliva na motivacijo za učenje. V prispevku želiva osvetliti vlogo kulture v širokem pomenu besede kot ene od komponent vsebine in razvijanja spretnosti pri pouku tujih jezikov. Izhajava iz tega, da v tretjem življenjskem obdobju razpolagamo s precej znanja o svetu, kar obsega tudi različne kulturne vsebine in elemente, ter da je to znanje smiselno integrirati v pouk tujih jezikov tako, da bo učinkovalo kot spodbuda v smislu prepoznavanja, razumevanja in vrednotenja. V prispevku bova predstavili analizo različnega gradiva za pouk nemščine v tretjem življenjskem obdobju. Cilj je pokazati, kako je lahko kultura pot do blagostanja starejših odraslih, vendar v pogojih, kjer so upoštevani tako vloga posameznega jezika v družbi kot značilnosti učenja tujih jezikov v tretjem življenjskem obdobju. Izhodišče so tudi neposredne izkušnje poučevanja tujih jezikov na Univerzi za tretje življenjsko obdobje, ki kažejo, da številna učna gradiva za starejše odrasle niso ustrezno prilagojena tej ciljni skupini, saj pogosto ne upoštevajo njihovega bogatega življenjskega in kulturnega znanja ter interesov, ki pomembno vplivajo na motivacijo za učenje. Kultura tako pri učenju tujih jezikov v tretjem življenjskem obdobju ne deluje zgolj kot spremljevalna vsebina, temveč je lahko osrednji didaktični okvir za učenje.

Ključne besede: tuji jeziki, tretje življenjsko obdobje, motivacija, kultura, učno gradivo

Culture as a Motivator for Foreign Language Learning in Later Life: An Analysis Of Teaching Materials

Various studies show that foreign language learning has a positive effect on successful ageing and the maintenance of cognitive functions, regardless of the level of proficiency achieved. The primary benefit lies less in learning outcomes and more in the sense of personal satisfaction. At the same time, this raises important questions about didactic approaches, methods, and learning materials. This paper highlights the role of culture, understood in its broadest sense, as a key component of both content and skill development in foreign language teaching for older adults. The study is based on the assumption that learners in the third age possess extensive life experience and world knowledge that include diverse cultural perspectives. Integrating this knowledge into language instruction can promote recognition, understanding, and critical reflection, while also increasing learner engagement. The paper presents an analysis of teaching materials designed for learning German in the third age. Its objective is to demonstrate how culture can contribute to the well-being of older adults when both the social role of the target language and the specific characteristics of language learning in later life are taken into account. Drawing on experience at the University of the Third Age, the paper also argues that existing materials are insufficiently adapted to older learners because they overlook their rich cultural knowledge and experiences. Consequently, culture should not be viewed merely as supplementary content but as a central didactic framework for foreign language learning in the third age.

Keywords: foreign languages, third age, motivation, culture, teaching materials

* Filozofska fakulteta Univerze v Mariboru.

** Univerza za tretje življenjsko obdobje Maribor.

Odiseja Christopherja Nolana kot film o odnosu med generacijami

Prispevek bo obravnaval prikaze odnosov med generacijami in vloge starejših odraslih v novi filmski upodobitvi Homerjevega epa *Odiseja*. Sestavljen bo iz dveh delov. V prvem bom na kratko predstavil pomen starejših odraslih v svetu homerske epike. Pri tem se bom posebej osredotočil na lik Odisejevega očeta Laerta, ki vsaj na prvi pogled deluje kot na stranski tir potisnjeni stari kralj, in vladarja Pilosa Nestorja. V drugem, osrednjem delu se bom posvetil Nolanovi filmski viziji. Opozoril bom na njegovo vsaj na prvi pogled nenavadno odpoved mlajšim igralkam (in z izjemo Telemaha tudi igralcem) v nosilnih vlogah, medtem ko je osrednjo mladenko iz epa, Navzikao, celo povsem črtal iz filma. Čeprav se je Nolan po drugi strani odrekel tudi vključitvi Laerta in Nestorja, je skladno z izhodiščnim besedilom ohranil pomen Odisejevih starejših pomočnikov, ki odločilno prispevata k njegovemu končnemu uspehu v spopadu s snubci. Naslednje vprašanje bo, kako se v najnovejši filmski različici kaže prenašanje vedenja med generacijami in kako se v ta kontekst vključuje za Nolana ključni protivojni poudarek. Pri tem je ključno videnje trojanske vojne kot vojne, v kateri je predvsem Odisejeva (v filmu srednja) generacija prekršila starodavna, od prednikov podedovana pravila in s tem ogrozila temelje civilizacije.

Ključne besede: odnosi med generacijami, vloga starejših odraslih v družbi, *Odiseja*, homerska doba, antika v filmu

Christopher Nolan's *The Odyssey* as a Film about Intergenerational Relationships

This paper will examine depictions of intergenerational relationships and the roles of older adults in a new film adaptation of Homer's epic *The Odyssey*. It will consist of two parts. In the first, I shall briefly outline the significance of older adults in the world of Homeric epic poetry. In doing so, I will focus in particular on the character of Odysseus's father, Laertes – who, at least at first glance, appears to be an old king relegated to the sidelines – and on Nestor, the ruler of Pylos. In the second, central part, I will turn my attention to Nolan's cinematic vision. I shall highlight his decision, which may seem unusual, to exclude younger actresses (and, with the exception of Telemachus, actors too) from leading roles, including the complete omission of Nausicaa, the central young female character in the epic, from the film. Although, on the other hand, Nolan also chose not to include Laertes and Nestor, he has, in keeping with the source text, retained the significance of Odysseus's older aides, who make a decisive contribution to his ultimate success in his confrontation with the suitors. The next question will be how the transmission of behaviour across generations is portrayed in the latest film adaptation, and how Nolan's key anti-war emphasis fits into this context. Crucial to this is the view of the Trojan War as a conflict in which it was primarily Odysseus's generation (the middle generation in the film) that broke the ancient rules inherited from their ancestors, thereby threatening the very foundations of civilization.

Keywords: relationships between generations, role of older adults in society, *The Odyssey*, Homeric age, antiquity in film

* Filozofska fakulteta Univerze v Mariboru.

Vaje sproščanja in glasno branje – prispevek k duševnemu zdravju starejših v domovih

Ker se uporabniki domov za starejše pogosto srečujejo z občutki tesnobe in depresivnim razpoloženjem, lahko spoznavanje in uvajanje sprostitvenih tehnik, kot so dihalne vaje, pozitivna vizualizacija in progresivno mišično sproščanje, prispevata k lažjemu soočanju s stresom, lajšanju bolečine, izboljšanju pozornosti in spomina, zmanjšanju občutka utrujenosti in povečanju zaupanja vase. Glasno branje literarnih del pa pomembno vpliva na kognitivne funkcije, kot so pozornost, spomin in reševanje problemov. Opisane dejavnosti prispevajo k vzpostavljanju ali krepitvi socialne mreže, ki je pomemben dejavnik duševnega zdravja tudi v obdobju starosti. Ob izvajanju smo s pomočjo opazovalne sheme pri udeležencih spremljali počutje, pričakovanja, izvajanje vaj sproščanja, branje, pogovor in končno refleksijo. Sodelovalo je devet udeležencev in udeleženk. Izkazalo se je, da so udeleženci kombinacijo vaj sproščanja in glasnega branja sprejeli pozitivno. Na srečanjih so se počutili prijetno in so se aktivno vključevali v pogovor. Nekateri so vaje sproščanja izvajali tudi individualno, saj so se po njih dobro počutili. S temi srečanji smo pridobili nove izkušnje, ki jih bomo lahko koristno uporabili pri načrtovanju naslednjih tako glede dolžine in pogostosti srečanj kot izbire literarnih del in izvajanja vaj sproščanja.

Ključne besede: vaje sproščanja, glasno branje, starejši v domovih, duševno zdravje

Relaxation Exercises and Reading Aloud – A Contribution to the Mental Health of Older Adults in Residential Care Homes

As residents of care homes for older adults often experience feelings of anxiety and depressive moods, learning about and introducing relaxation techniques, such as breathing exercises, positive visualization, and progressive muscle relaxation, can contribute to easier coping with stress, pain relief, improved attention and memory, reduced feelings of fatigue, and increased self-confidence. Reading literary works aloud has an important impact on cognitive functions such as attention, memory, and problem-solving. These activities also contribute to establishing or strengthening social networks, which are an important factor in mental health, including during old age. While carrying out these activities, we used an observation scheme to monitor the participants' well-being, expectations, participation in relaxation exercises, reading, conversation, and final reflection. Nine participants took part in the activities. The results showed that the participants responded positively to the combination of relaxation exercises and reading aloud. During the sessions, they felt comfortable and actively participated in the conversation. Some of them also practised the relaxation exercises individually, as they reported feeling good afterwards. Through these sessions, we gained new experiences that can be usefully applied when planning future sessions, particularly with regard to their duration and frequency, the selection of literary works, and the implementation of relaxation exercises.

Keywords: relaxation exercises, reading aloud, older adults in residential care homes, mental health

* Modra fakulteta Univerze v Ljubljani, Srebrna katedra Univerze v Ljubljani.

Diskurz demence kot izziv za dolgotrajno oskrbo LGBTQ+

Pobude za LGBTQ+ pravice pogosto delujejo različno močno, na različnih frontah, kot preprosta posledica omejenih resursov zainteresiranih akterjev. Ena izmed sfer, v katerih so LGBTQ+ študije pogosto manj izpostavljene, je starostna oskrba in gerontologija. V članku prispevava k tej tematiki z analizo posledic, ki jih ima interpolacija diskurza demence v LGBTQ+ identitetne diskurze. Demenco konceptualizirava kot splet različnih bolezni, ki kolektivno povzročijo akumulacijo škode na možganih in rezultirajo v izgubi kognitivnih funkcij, sposobnosti spominjanja in racionalnega delovanja. Demenco obravnava skozi lečo bio- in anatomopolitike kot kompleksen diskurz, ki to izloči iz normativnega procesa staranja in nasprotno razume kot patološko stanje, ki v subjektu z demenco razgradi norme, povezane s kognitivnim funkcioniranjem, ter tako prizadene in postopoma omejuje tudi njegovo temeljno subjektiviteto. Ta diskurz nato poveže s klasičnimi liberalnimi LGBT identitetnimi diskurzi homonormativnosti, ki prek subjektive sposobnosti racionalnega, premišljenega odločanja fiksira LGB(T) identitete znotraj disciplinskih mehanizmov biomedicine, da bi ustvaril prostor za LGBT identitete znotraj obstoječih normativnih struktur. Teoretično konstrukcijo nato prek metode diskurzivne analize aplicirava na literaturo, osredotočeno na oskrbo starejših LGBTQ+ oseb z demenco, s pomočjo katere problematizirava oboje, konstrukcijo demence in LGBTQ+ identitet, ker ugotavlja, da njuna kombinacija ustvarja problematično disonanco, saj je demenca kot diskurz izrazito škodljiva pri prepoznavanju sposobnosti samo-identifikacije LGBTQ+ oseb z demenco. S pomočjo analize odpirava pomembna vprašanja o vplivu, ki ga ima ta disonanca na potencialno prihodnost dolgotrajne oskrbe starejših oseb z demenco, ter oriševa grožnje, ki jih lahko ta predstavlja za vzpostavljanje egalitarnega in dostojanstvenega sistema dolgotrajne oskrbe.

Ključne besede: demenca, LGBTQ+ identitete, kvir študije, dolgotrajna oskrba, homonormativnost

The Dementia Discourse as a Challenge for LGBTQ+-Friendly Long-Term Care

Elder care and gerontology are spheres that only rather rarely focus on LGBTQ+ studies. In our paper, we contribute to this field with an analysis of the consequences of the intersection of modern dementia and LGBTQ+ identity discourses. We conceptualize dementia as a web of related illnesses that cause accumulating damage to the brain and result in the loss of cognitive function, memory, and rational cognition. We approach dementia through the lens of bio- and anatomo-politics as a complex discourse separated from the normative process of ageing and constructed as a pathological condition that breaks down the norms associated with cognitive functioning, thus affecting and gradually limiting an individual's fundamental subjectivity. We connect this discourse with liberal LGBT identity discourses of homonormativity, which, through the centring subject's abilities as a rational independent actor, fix LGB(T) identities within the disciplinary mechanisms of biomedicine, to create space for LGBT identities within existing normative structures. We apply this theoretical construction to literature on the care of older LGBTQ+ people with dementia through the method of discourse analysis, using it to problematize both the construction of dementia and LGBTQ+ identities. We find that this combination creates a problematic dissonance, because dementia as a discourse invalidates affected LGBTQ+ people's ability to self-identify. Through our analysis, we open important questions about the potential future of long-term care for elderly LGBTQ+ people with dementia and outline potential threats to establishing an egalitarian and dignified long-term care system for older LGBTQ+ people.

Keywords: dementia, LGBTQ+ identities, queer studies, long-term care, homonormativity

* Fakulteta za družbene vede Univerze v Ljubljani.

Kulturno-izobraževalne dejavnosti za blagostanje starejših odraslih – primer Univerze za tretje življenjsko obdobje Ljudske univerze Krško

Prispevek predstavlja primer dobre prakse Univerze za tretje življenjsko obdobje (UTŽO) Ljudske univerze Krško, kjer kulturne, izobraževalne in gibalne dejavnosti prispevajo k aktivnemu staranju, socialni vključenosti in blagostanju starejših odraslih. Program vključuje likovno ustvarjanje, gledališče, ples, spoznavanje kulturne in naravne dediščine, ustvarjalne delavnice, pohodništvo, učenje tujih jezikov in različne oblike vadbe. Prispevek temelji na analizi anonimnih evalvacijskih vprašalnikov, izvedenih ob zaključku študijskega leta 2025/2026. Na evalvacijski vprašalnik je odgovorilo 55 od 100 članov UTŽO, na evalvacijski vprašalnik za mentorje pa devet od desetih mentorjev. Rezultati kažejo visoko stopnjo zadovoljstva z izvedenimi programi. Udeleženci kot pomembne učinke vključevanja izpostavljajo druženje, pridobivanje novih znanj, občutek pripadnosti, ustvarjalno izražanje, gibanje in kakovostne medosebne odnose, mentorji pa njihovo zavzetost, radovednost, sodelovanje in vztrajnost. Poseben poudarek je namenjen kulturnim dejavnostim, ki presegajo okvir organiziranega izobraževanja. Likovni krožek je svoje delo že drugo leto predstavil na javni razstavi *Tihi svet v sliki ujet*. Gledališki krožek je s predstavo *Čebelji dan* starejše odrasle povezal z otroki vrtca in osnovne šole. Skupina *Latino vitalnost* pa je na *Paradi učenja* predstavila koreografijo salse in bachate. Kulturno-izobraževalne dejavnosti ustvarjajo priložnosti za ustvarjalnost, druženje, medgeneracijsko povezovanje in aktivno vključevanje starejših odraslih v lokalno skupnost ter tako pomembno prispevajo k njihovem blagostanju.

Ključne besede: starejši odrasli, blagostanje, kulturno-izobraževalne dejavnosti, aktivno staranje, vseživljenjsko učenje

Cultural and Educational Activities for Older Adults' Well-Being – The Case of the Third Age University at the Krško Adult Education Centre

The paper presents an example of good practice from the Third Age University (U3A) at the Krško Adult Education Centre, where cultural, educational, and physical activities contribute to active ageing, social inclusion, and the well-being of older adults. The programme includes visual arts, theatre, dance, exploration of cultural and natural heritage, creative workshops, hiking, foreign language learning, and various forms of physical exercise. The paper is based on an analysis of anonymous evaluation questionnaires conducted at the end of the 2025/2026 academic year. The participant questionnaire was completed by 55 of the 100 U3A members, while the mentor questionnaire was completed by nine of the 10 mentors. The results indicate a high level of satisfaction with the programmes. Participants highlight socializing, acquiring new knowledge, a sense of belonging, creative expression, physical activity, and positive interpersonal relationships as important benefits of participation, while mentors emphasize participants' commitment, curiosity, cooperation, and perseverance. Particular attention is given to cultural activities that extend beyond organized educational settings. The visual arts group presented its work at the public exhibition *A Silent World Captured in Images*. The theatre group connected older adults with kindergarten and primary school children through the performance *Bee Day*, and the Latino Vitality group performed a salsa and bachata choreography at the Learning Parade. Cultural and educational activities provide opportunities for creativity, social interaction, intergenerational connections, and active participation in the local community, thereby making an important contribution to older adults' well-being.

Keywords: older adults, well-being, cultural and educational activities, active ageing, lifelong learning

* Ljudska univerza Krško.

Fenomen slikarske izkušnje starejših odraslih: zavest, nezavedno in transcendentna funkcija

Aktivno delovanje odraslih na področju likovnega ustvarjanja je proces postopnega pridobivanja likovnega znanja in veščin. Ta proces se pričinja z uvajanjem osnovnih parametrov likovnega jezika in izraza, ki posamezniku v nadaljevanju omogočata vse bolj suvereno, strokovno in avtorsko artikulacijo vizualnih in likovnih vsebin. Za naključno sestavljene likovne skupine starejših odraslih je značilna heterogenost, saj gre praviloma za posameznike z različnim predznanjem, izkušnjami in pričakovanji. Zato je takoj na začetku delovanja takšne skupine nujno zaznati omenjene parametre posameznikov in jih smiselno upoštevati v strukturi zasnove programa likovnega oziroma slikarskega delovanja. Po izkušnjah sodeč, je treba za uspešno delovanje tovrstnih skupin pripraviti tiste vsebine in uporabiti takšne metode delovanja, ki posameznike motivirajo in jim zagotavljajo kontinuirano napredovanje. V vsebinskem smislu gre za izbor temeljnih univerzalnih vsebin, ki nato omogočajo nadgradnjo v razumevanju, doživljanju in izražanju vizualne oziroma likovne stvarnosti. Vsekakor je nujen mentorjev individualni pristop, ki posameznikom zagotavlja pravšnjo hitrost in usmerjenost delovanja. Ker pa izkušnja doseganja znanja in veščin na področju slikarskega izraza ni samo zavestna, metjejska realnost, bo fenomen tovrstnega slikarskega delovanja starejših odraslih prav tako predstavljen v območju psihološke relacije med jazom in nezavednim v kontekstu principa transcendentne funkcije. Prispevek temelji na več kot tri desetletja trajajoči izkušnji delovanja v sferi izobraževanja starejših odraslih, zadnjih deset let v obliki Likovnega ateljeja *Sfumato*, ki je deloval v Mariboru.

Ključne besede: starejši odrasli, slikarstvo, ustvarjanje, zavest in nezavedno, transcendentna funkcija

The Phenomenon of the Painting Experience Among Older Adults: Consciousness, the Unconscious, and the Transcendent Function

Active engagement in creation by adults is a process of gradually acquiring painting knowledge and skills. This process begins with the introduction of the fundamental parameters of visual language and expression; these subsequently enable the individual to articulate visual and artistic content with increasing confidence, technical competence, and personal creative voice. Fine art groups composed of older adults are typically heterogeneous, as the participants generally possess varying levels of prior knowledge, experience, and expectations. Therefore, right from the outset, it is essential to identify these individual characteristics and meaningfully incorporate them into the structural design of the art or painting program. Experience suggests that for such groups to function successfully, it is necessary to prepare content and employ working methods that motivate individuals and ensure their continuous progress. In terms of content, this involves selecting fundamental, universal themes that subsequently allow for an enhanced understanding, experience, and expression of visual – or artistic – reality. An individual approach by the mentor is essential to ensure that each person proceeds at the right pace and in the right direction. However, since the experience of acquiring knowledge and skills in painting is not merely a conscious, technical matter, the phenomenon of such painting activities among older adults will also be examined through the lens of the psychological relationship between the ego and the unconscious, specifically within the context of the transcendent function. This paper draws on over three decades of experience in the field of education for older adults – specifically, the last ten years spent running the *Sfumato* Art Studio in Maribor.

Keywords: older adults, painting, creativity, consciousness and the unconscious, transcendent function

* Pedagoška fakulteta Univerze v Mariboru.

Ljubiteljska kultura kot dejavnik blagostanja in duševnega zdravja starejših odraslih: med sistemsko podporo in sodobnimi potrebami

Prispevek obravnava sistemske vidike ljubiteljske kulture na Slovenskem kot enega najboljsežnejših, a razmeroma malo reflektiranih področij kulturnega delovanja. Po ocenah v njem sodeluje okrog 100.000 ljudi, povezanih v približno 5.000 nevladnih organizacij, pomemben, čeprav statistično nejasno opredeljen delež pa predstavljajo starejši odrasli. Zanje je lahko ljubiteljska kultura prostor socialne vključenosti, ustvarjalnega izražanja, vseživljenjskega učenja, ohranjanja socialnih vezi ter krepitve psihosocialnega blagostanja in duševnega zdravja. Zato prispevek izhaja iz vprašanja, ali obstoječi organizacijski in podporni model ljubiteljstva ustreza potrebam ustvarjalcev, zlasti starejših odraslih, ter osvetljuje zgodovinski razvoj modela ljubiteljstva, ki se je v Sloveniji utrdil zlasti po drugi svetovni vojni. Takrat oblikovani načini organiziranja, vrednotenja in osmišljanja kulturnega delovanja še danes pomembno določajo razumevanje ljubiteljske kulture in vloge starejših odraslih v njej. Prvotno spodbujanje kakovosti produkcije se je postopoma razvilo tudi v sistem vrednotenja, v katerem imajo pomembno vlogo dosežki, primerljivost in ohranjanje uveljavljenih produkcijskih vzorcev. Tak model je manj usmerjen v sistematično prepoznavanje potreb starejših ustvarjalcev ter v posredovanje med njihovimi potrebami in sistemom podpore. Hkrati deluje v družbenem okolju, ki ga zaznamujejo individualizacija, spreminjanje skupnostnih vezi in novi načini kulturnega udejstvovanja. Posebna pozornost je namenjena potencialu ljubiteljske kulture za krepitev duševnega in telesnega zdravja ter kakovosti življenja starejših. Kulturno udejstvovanje lahko prispeva k ohranjanju socialnih vezi, občutku pripadnosti in smisla, aktivni uporabi znanja in sposobnosti, ustvarjalnemu samouresničevanju ter medgeneracijskemu povezovanju. Prispevek predstavlja izbrane dobre prakse ter odpira razpravo o podporno-razvojnem modelu, ki ljubiteljsko kulturo razume tudi kot infrastrukturo socialne vključenosti, skupnostnega povezovanja, duševnega zdravja in kakovostnega staranja.

Ključne besede: ljubiteljska kultura, starejši odrasli, duševno zdravje, socialna vključenost, kakovostno staranje

Amateur Culture as a Factor in the Well-Being and Mental Health of Older Adults: Between Systemic Support and Contemporary Needs

This article examines the systemic aspects of amateur culture in Slovenia. Approximately 100,000 people are involved in this sector, organized into roughly 5,000 nongovernmental organizations, with older adults representing a significant – albeit statistically ill-defined – proportion of this. For them, amateur culture can serve as a space for social inclusion, creative expression, lifelong learning, maintaining social ties, and enhancing psychosocial well-being and mental health. This article examines whether the existing organizational and support model for amateur culture meets the needs of older adults. It sheds light on the historical development of the amateurism model, which became firmly established in Slovenia after World War II. The early methods of organizing, evaluating, and giving meaning to cultural activities still shape the understanding of amateur culture and the role of older adults within it, although the initial emphasis on the quality of production has gradually evolved into an evaluation system in which achievements, comparability, and the preservation of established production patterns play a significant role. This model is less focused on the systematic identification of the needs of older creators or on mediating between these and the support system, while operating in a social environment characterized by individualization, changing community ties, and new forms of cultural participation. Attention is given to the potential of amateur culture to enhance mental and physical health and quality of life. Cultural engagement can aid the maintenance of social ties, a sense of belonging and purpose, the active use of knowledge and skills, creative self-actualization, and intergenerational connection. This article presents selected best practices and encourages a support-and-development model that views amateur culture as an infrastructure for social inclusion, community building, mental health, and quality ageing.

Keywords: amateur culture, older adults, mental health, social inclusion, high-quality ageing

* Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani.

Kultura kot prostor soustvarjanja blagostanja starejših odraslih: primer plesno-gledališke predstave *Nune pojejo* v Centru aktivnosti Fužine (CAF)

Prispevek predstavlja študijo primera dobre prakse Centra aktivnosti Fužine (CAF), središča druženja in aktivnosti za starejše odrasle. Izhaja iz predpostavke, da je ljubiteljska kultura pomemben dejavnik aktivnega staranja, socialne vključenosti in psihosocialnega blagostanja starejših odraslih. Kulturno in umetniško udejstvovanje lahko spodbuja kognitivne, telesne, ustvarjalne in socialne potenciale posameznika ter prispeva k zmanjševanju osamljenosti in preseganju stereotipnih predstav o starosti. V okviru participativnega skupnostnega sodelovanja je nastala avtorska plesno-gledališka predstava *Nune pojejo*, ki so jo soustvarili člani centra. Ustvarjalni proces je obsegal razvoj scenarija, pripravo scenografije in kostumov, glasbeno, gledališko in plesno ustvarjanje ter javne nastope. Starejši odrasli pri tem niso nastopali zgolj kot udeleženci kulturnih dejavnosti, temveč kot aktivni ustvarjalci in nosilci kulturne produkcije. Prispevek analizira izkušnje sodelujočih in prikazuje, kako lahko vključevanje starejših v skupnostne ustvarjalne procese krepí občutek kompetentnosti in pripadnosti, spodbuja sodelovanje ter povečuje njihovo družbeno prepoznavnost. Primer kaže tudi, da lahko ljubiteljska kulturna dejavnost preseže neposredno lokalno okolje in postane prostor medgeneracijskega sodelovanja ter širšega, tudi mednarodnega povezovanja. Analizirani primer opozarja, da ljubiteljske kulture v starosti ne moremo razumeti zgolj kot prostočasno dejavnost. Ustvarjalni proces je mogoče razumeti kot prostor skupnostnega in priložnostnega učenja, participacije ter soustvarjanja kulturnega prostora. Študija primera tako osvetljuje potencial participativnih kulturnih praks za krepitev blagostanja, dejavne družbene vloge in socialne vključenosti starejših odraslih.

Ključne besede: ljubiteljska kultura, starejši odrasli, blagostanje, participacija, skupnostno učenje

Culture as a Space for Co-Creating the Well-Being of Older Adults: The Case of the Dance-Theatre Performance *Nuns Sing* at the Fužine Activity Centre (CAF)

This paper presents a case study of good practice at the Fužine Activity Centre (CAF), a community-based centre providing social and cultural activities for older adults. It draws on the premise that amateur cultural engagement represents an important dimension of active ageing, social inclusion, and the psychosocial well-being of older adults. Participation in cultural and artistic activities can foster individuals' cognitive, physical, creative, and social capacities, while contributing to the reduction of loneliness and challenging stereotypical perceptions of later life. Within a participatory community-based collaboration, the original dance-theatre performance *Nuns Sing* was developed and co-created by members of the centre. The creative process encompassed script development, set and costume design, musical, theatrical, and dance creation, as well as public performances. Older adults were thus positioned not merely as participants in cultural activities, but as active creators and agents of cultural production. The paper examines the experiences of the participants and demonstrates how engagement in community-based creative processes can strengthen their sense of competence and belonging, foster collaboration, and enhance the social visibility of older adults. The case further illustrates how amateur cultural engagement can extend beyond the immediate local context, creating opportunities for intergenerational cooperation and broader, including international, networking. The case study highlights the potential of participatory cultural practices to promote well-being, active social participation, and the social inclusion of older adults, while positioning creative processes as spaces for community-based and informal learning and cultural co-creation.

Keywords: amateur culture, older adults, well-being, participation, community-based learning

* Center aktivnosti Fužine (CAF) – središče druženja in aktivnosti za starejše.

Pomen doživljanja lepote v procesih vseživljenjskega izobraževanja

Prispevek je namenjen razmišljanju o ključnem pomenu lepote pri doživljanju sveta v življenju starejših. Avtorica izhaja iz ključnih spoznanj s področja psihologije in antropologije ter dolgoletnih izkušenj dela s skupinami starejših. Lepota je ključnega pomena pri preboju obrambnih mehanizmov in rušenju stereotipnih pogledov na svet, kar je lahko za starejše pomembna vzpodbuda pri doživljanju sveta in lastne vloge v njem. Lepota posameznika sili k novim spoznanjem ter spreminjanju pogleda na vsakdanje življenje in samega sebe. Vzpodbuja veselje do življenja in druženja ter vrača zaupanje v smisel življenja. S psihološkega stališča lahko govorimo o doživljanju lepote kot ključnem vidiku osebne rasti, ki se v zrelih letih z vidika antropoloških stališč le še pogloblja. Avtorica utemeljuje pomen uvajanja v doživljajski svet lepote in umetnosti pri vseživljenjskem učenju. Osvetljuje pomen razgovorov o doživljanju lepote, ki razkrivajo globlje vzgibe različnih življenjskih poslanstev in usod ter vlivajo zaupanje v etične vrednote. Prispevek poudarja vlogo druženja ob obiskih dediščinskih prostorov, muzejev in galerij ter pogovorov z raziskovalci in ustvarjalci, kar vse pripomore h kakovostnejšemu preživljanju starosti in bolj optimističnemu pogledu na življenje.

Ključne besede: vseživljenjsko učenje, lepota, umetnost, muzeji in galerije, osebna rast

The Significance of Enjoying Beauty in Lifelong Learning Processes

The article aims to explore the crucial role of beauty in the way senior citizens experience the world and their own place within it. The author draws on key insights from the fields of psychology and anthropology, as well as her many years' experience of working with groups of senior citizens in museums and heritage sites. Beauty plays a crucial role in breaking through defence mechanisms and dismantling stereotypical views of the world. An authentic experience of beauty can be a significant source of encouragement for older people in their experience of the world and their own place in it. An individual's experience of beauty prompts new insights and altered perspectives on everyday life and on oneself. It fosters the enjoyment of life and socializing, and restores confidence in the meaning of life. From a psychological perspective, we can speak of the experience of beauty as a key aspect of personal growth, which, from an anthropological standpoint, only becomes more profound in later life. The author discusses the importance of introducing people to the experiential world of beauty and art within the context of lifelong learning. She highlights the significance of conversations about the experience of beauty, which reveal the deeper motivations behind various life pursuits and destinies and restore confidence in ethical values. The article emphasizes the role of socializing during visits to heritage sites, museums and galleries, as well as conversations with researchers and artists, all of which contribute to a better quality of life in old age and a more optimistic outlook on life.

Keywords: lifelong learning, beauty, art, museums and galleries, personal growth

* Gorenjski muzej, Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani.

Starci: dokumentarno gledališče kot skupnostna praksa destigmatizacije staranja

Prispevek izhaja iz vprašanja, kako lahko participativne gledališke prakse prispevajo k preseganju stigmatizacije staranja in ustvarjanju novih možnosti za aktivno vključevanje starejših odraslih v skupnostne kreativne procese. Kljub njihovem družbenemu in ustvarjalnemu potencialu imajo starejši odrasli pogosto omejene priložnosti za sodelovanje v umetniških procesih, ki bi omogočali nova povezovanja, izmenjavo izkušenj in oblikovanje skupnosti. Zato je namen prispevka predstaviti in reflektirati metodo »odpiranja spominov«, razvito v okviru projekta *Starci*, ter preučiti njen potencial za nadaljnji razvoj participativnih in dokumentarnih gledaliških praks. Projekt *Starci* je med letoma 2017 in 2020 v okviru programa *Rezident Gledališča Glej* nastajal pod vodstvom režiserja Tina Grabnarja ter sociologinje in videastke Hane Vodeb. V procesu je sodelovalo osem starejših odraslih, katerih osebni spomini so postali izhodišče za skupnostno gledališko ustvarjanje. Metoda »odpiranja spominov« je temeljila na postopnem obujanju in raziskovanju osebnih spominskih vsebin ter njihovem prenosu v uprizoritveni kontekst. Prispevek metodo sistematično predstavi skozi njene posamezne postopke, pogoje za izvedbo in načine vključevanja udeležencev v ustvarjalni proces. Posebna pozornost je namenjena etičnim vprašanjem dela z občutljivimi in potencialno potlačeni spomini ranljive skupine, predvsem z vprašanjem soglasja, osebnih meja, varnega ustvarjalnega okolja in odgovornosti ustvarjalcev. Na podlagi izkušenj projekta prispevek obravnava tudi prenosljivost metode v druge participativne in skupnostne kontekste ter njen potencial za razvoj praks, ki starejšim odraslim omogočajo aktivno soustvarjanje, povezovanje in družbeno participacijo.

Ključne besede: participativno gledališče, starejši odrasli, medgeneracijsko sodelovanje, *odpiranje spominov*, stigmatizacija staranja

Seniors: Documentary Theatre as a Community Practice for Destigmatizing Ageing

This article explores how participatory theatre practices can contribute to challenging the stigmatization of ageing and creating opportunities for the active involvement of older adults in community-based creative processes. Despite their social and creative potential, older adults often have limited opportunities to participate in artistic processes that foster connections, exchange experiences, and build communities. The article presents and reflects on the *Opening Memories* method, developed as part of the *Seniors* project, and examines its potential for the further development of participatory and documentary theatre practices. The *Seniors* project was developed between 2017 and 2020 within the *Resident programme of Gledališče Glej*, under the direction of theatre director Tina Grabnar and sociologist and videographer Hana Vodeb. Eight older adults participated in the process, with their personal memories serving as a starting point for community-based theatre-making. The *Opening Memories* method involved the gradual recollection and exploration of personal memories and their transformation into material for performance. The article systematically presents the method, focusing on its procedures, the conditions required for its implementation, and the ways in which participants were involved in the creative process. Particular attention is given to the ethical questions involved in working with sensitive and potentially repressed memories, including consent, personal boundaries, the creation of a safe creative environment, and the responsibility of the creators. Based on the experience of the project, the article also examines the transferability of the method to other participatory and community-based contexts and its potential to support practices that enable older adults to actively co-create, connect, and participate in social and creative life.

Keywords: participatory theatre, older adults, inter-generational collaboration, *Opening Memories*, stigmatization of ageing

* Gledališče Glej.